

సచిత్ర సహజ వైద్య మాస పత్రిక

మార్చి
1943
సంవత్సర చందా
రు 3-0-0
బెజవాడ

విషయసూచిక



14.3.43

ప్రకృతి

సచిత్ర సహజవైద్య మాసపత్రిక
బెజవాడ.

ఈ ప్రస్తుత నాగరక ప్రపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కాసపడి స్థిరమైన సౌఖ్యమును తెలిసికొనక వెనువెంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో, మందు - అపరేషను లేకుండ భూమిమీదనే స్వర్గమును అనుభవించుట ఎట్లో, ఈ పత్రిక వివరించును. మందులు, ఇంజక్షనులు అవసరము లేకుండా అతిమూత్రము, క్షయ, కుష్ఠు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్యవ్యాధులను కూడా గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలహారము, ఆసనశయనము, బ్రహ్మచర్యము, మట్టి, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగు వానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును.

సంవత్సర చందా రు 3-0-0 లు మాత్రమే.

అందరూ వైద్యులు కావాలి

ఎందుకు? ఒకరు రోగులు - ఇంకొకరు వైద్యులు అవటం మానవజాతికే లోపం - అందరూ వైద్యులు కావాలి - రోగాలు పోవాలి - ప్రకృతిధర్మం వ్యాప్తి కావాలి.

ఎట్లు? ప్రకృతి గృహవైద్యపాఠములు చదవండి

ఇందు వివిధ ప్రకృతి చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములుకలవు. ప్రతిపాఠం చివర ప్రశ్నలు కలవు. ఒక పాఠం చదివి ప్రశ్నలకు జవాబు వ్రాస్తే ఆ జవాబులను దిద్ది పంపుదుము.

ఇంతకంటె మంచి సావకాశం దొరకదు

వెల రు 2-8-0; ప్రకృతి చందాదార్లకు రు 2-0-0. ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు, బెజవాడ.

ప్రకృతి చికిత్సా గ్రంథములు (ప్రకృతి చందాదార్లకు చౌకధరలు)

సూర్యకిరణచికిత్సాగ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదారకు
*సునిశితవైద్యం	8 0	8 0
ప్రౌఢప్రభాకరం	0 0	8 0
వర్ణచికిత్స	0 6 0	4 0
వర్ణవైద్యమంజరి	0 6 0	4 0
వర్ణవైద్యము	0 5 0	4 0
సూర్యకిరణ చికిత్స	0 6 0	4 0

జలచికిత్సాగ్రంథములు

*తొట్టివైద్యము	3 0 0	2 8 0
లక్ష్మణజలచికిత్స	0 12 0	0 8 0
నైపీయ జలచికిత్స	0 12 0	0 8 0
తొట్టిస్నాననియమములు	0 6 0	0 4 0
ధారాచికిత్స	0 4 0	0 3 0
వేడినీటికాపు, ఉబ్బసపుచికిత్స	0 6 0	0 4 0
ఉషఃపానము	0 6 0	0 4 0

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదారకు
కూనేమహర్షి బోధ	0 2 0	0 1 0
జలచికిత్స	0 0 6	0 0 6

ఆహారశాస్త్రగ్రంథములు

నిర్విచారభావిజీవనము, కొబ్బరినిగూర్చి	1 8 0	1 0 0
ఆహారము 1. భాగము	0 12 0	0 8 0
డిటో 2. భాగము	0 4 0	0 3 0
పచ్చితిండివలని ప్రయోజనములు	0 12 0	0 8 0
తెల్లచక్కెరవలని విపత్తు	0 6 0	0 4 0
తేనీరు విషతుల్యము	0 6 0	0 4 0
జంబీర చికిత్స	0 3 0	0 2 0
సమరసాహారము,విరుద్ధాహారమిశ్రమం	0 2 0	0 1 0
ఆహారసమ్మేళనపు గోల	0 2 0	0 1 0
అల్యూమినియంపాత్రలు	2 0	0 1 0
భోజన విధానము	2 0	0 2 0
సజీవాహారము	1 0	0 1 0
ఆహారసంస్కరణము	4 0	0 3 0

చిరునామా: ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

సంవత్సర చందా రు 3-0-0



సహజవైద్య సచిత్ర మాసపత్రిక

సంపుటము 25 ఫా సంచిక 3

మార్చి 1943

1943 మే నెలలో 1 వ తేది మొదలు 15 వ తేదీవరకు

ప్రకృతి శిబిరము బెజవాడలో బందరుకాలువ ఒడ్డున.

కృష్ణ లంక జరుగుతుంది.

మీరు యింకా మీ పేరును ప్రకృతికార్యాలయమునకు పంపలేదా? లేనియెడల వెంటనే పంపండి. సుప్రసిద్ధులగు ప్రకృతివైద్యులు శిబిరకార్యక్రమమునందు పాల్గొందురు. పుస్తకాలు చదివి విద్య నేర్చుకొనుట చాలా కష్టము. అందుకనే 'పరిప్రశ్నేన సేవయా' అన్నారు. తాము శిబిరఫలములను యిప్పుడు పొందనిచో తిరిగి సంవత్సరమువరకు వేచియుండవలసి వస్తుంది.

సుఖసంసారము

అంగిరసుడు

కాలసామరస్యము

సాంప్రయోగిక విషయములందెల్ల ఈ విషయము అత్యంతప్రధానమైనది. ఈ విషయములోనే పండితులకు కూడా తెలియని పాషాణ సదృశమైన అజ్ఞానమున్నది. స్త్రీ పురుష అవయవములు కలిసిన తరువాత భావప్రాప్తి కలుగుటకు పట్టేకాలమునకు "కాలము" అను పారిభాషికపదము ఏర్పరచడమైనది. కాలమునుబట్టి స్త్రీ పురుషులలో ఒక్కొక్కరు మూడు తెరగులుగా విభజింపబడినట్లు వెనుకటి ప్రకరణములలో మీరు చదివియున్నారు. శీఘ్రకాల, మధ్యమకాల, చిరకాల స్త్రీలునూ, శీఘ్రకాల, మధ్యమకాల, చిరకాల పురుషులునూ, అన్యోన్యముగా ఈ క్రిందిపద్ధతిని కలిసినప్పుడు సమరతము లగును.

1. శీఘ్రకాల స్త్రీ, శీఘ్రకాల పురుషుడు.
2. మధ్యకాల స్త్రీ, మధ్యకాల పురుషుడు
3. చిరకాల స్త్రీ, చిరకాల పురుషుడు

వీరియందు సామరస్య మిదివరకే కుదిరియుండుటవలన చేయదగినది ఏమిన్నీ లేదు. వారికి సుఖము ప్రయాసతో నిమిత్తం లేకుండానే కలుగుతుంది. మధ్యమకాలస్త్రీ శీఘ్రకాల పురుషునితోనూ, చిరకాలస్త్రీ మధ్యమకాల పురుషునితోనూ కలియవలసినప్పుడే చిక్కు తటస్థించునది. ఏమనగా పురుషునకు విసృష్టియగునప్పటికి ఆమె సంధుక్ష్య (రెచ్చకొట్టబడిన) భావావస్థలో ఉండిపోతుంది. ఆమెకు కలిగేబాధను గురించి క్రిందటి ప్రకరణములోనే వ్రాయబడినది. ఇట్టి రతికి నీచరతియని పేరు. ఇట్లే కేవలము విరుద్ధస్వభావములు గల చిరకాలస్త్రీకి శీఘ్రకాల పురుషునితోడి దగు రతియందు ఏర్పడే సంధుక్ష్యభావావస్థ దుర్భరమైనది. ఉన్నతరతములందు స్త్రీ ఒకంత ఓర్చుకొనగలదుకాన ఇద్దరికినీ భావప్రాప్తి అగును. కొంచెము వెనుకాముందుగా నైనప్పటికీ ప్రణయసౌఖ్యము పొందబడినదగును. ఉన్నతతర రతమునందు స్త్రీ ఎక్కువ బాధపడునుగాని అది దైహికమేగాని నరములలో బాధ మిగిలిపోదు. కాని ఇట్టి రతియందు సైతము పురుషుడు మెలకువగా ప్రవర్తింపని యెడల ఆమెకు విత్రాసము ఏర్పడక తప్పదు. కనుక కాలజము లగు వైషమ్యములను సరిదిద్దుకొని సంప్రయోగము చేయవలసి ఉండును. ఈ దిద్దుబాటునకే కాలసామరస్యమని పేరు. ఇందు స్త్రీకన్న పురుషుడు ఎక్కువ శ్రద్ధను తీసికోవలసినట్లు కనుపించుచున్నది. ఏమనగా ఒక ఉన్నతతరరతమునందుతప్ప మిగిలిన సమరతులు మూటియందునూ, నీచరతములు రెంటియందునూ, నీచతరరతము నందునూ ఆమె ఎట్టిప్రయత్నమునూ చేయకయే పురుషుని కామతృష్ణను తీర్పగలిగియున్నది. ఉన్నతరతముల రెంటియందు మాత్రము ఆమె కొంచెము,అదీ చాలా కొద్దిగా, ఓర్చుకొనవలసి ఉన్నది. పురుషున కట్లుగాదు. ఒక్క సమరతములు మూటియందూ తప్పితే మిగతా ఆరు రతములందునూ ఆతడు ఒద్దికనే పాటించవలసి ఉన్నది. ఉన్నతరతములు రెంటియందునూ ఉన్నతతరరతముల యందునూ అతడు ప్రసభ

మును మానివేసి ఆమెతో సౌమ్యముగా సంప్రయోగమును చేసి ఒద్దిక కుదుర్చుకొనవలెను.

కీగాని ఆమెను బాధింపరాదు. నీచరతములు రెంటియందునూ నీచతరరతమునందునూ ఆతడు చాలా వెనుకబడిపోవును గనుక తన ఇంద్రియము నందలి ఉడుకుతనమును తగ్గించుకొనవలసినది. ఇందుకు చిరకాలముగా అవలంబింపబడుచూ వచ్చిన విధానములనూ, వానియందలి లోటుపాటులను చర్చించి సక్రమ విధానమును సూచించుటయే ఈ ప్రకరణము యొక్క ఉద్దేశ్యము.

చిరకాలముగా అవలంబింపబడుచున్న విధానములలో ఈ క్రిందివానిని పేర్కొనవచ్చును.

1 వాజీకరణము

వాజీకరణముల బండారము ఈ క్రింది కథ వలన మీకు తెలుపదలచినాను. 35 సంవత్సరముల పెద్దమనిషికి భార్యావియోగము గలిగినది. ఎత్తే ఈడూ కాదు, దింపే ఈడూ కాదు. అతడు తిరిగి వివాహం చేసుకున్నాడు. అతనికి 38 వ ఏట రెండవ భార్య కాపురమునకు వచ్చినవి. 5, 6 సంవత్సరములు ఇద్దరూ సుఖముగానే గడపినారు. తరువాత అతడామెను తృప్తిపరచలేకపోయెను. వైద్యులను సంప్రదించి పూర్ణచంద్రోదయము సేవించినాడు. అతనికి పుంస్త్వము వృద్ధిపొందినది. అతనికి 50 వ ఏడు వచ్చునప్పటికి, తిరిగి నపుంసకత్వము సంప్రాప్తమైనది. దానికి తోడుగా దేహములో దౌర్బల్యం, నిస్సత్తువ ఏర్పడింది. తిరిగి పూర్ణచంద్రోదయము సేవించినాడు. అదేమీ పని చేయలేకపోయినది. తరువాత పంజాబునుంచి ఏదో మందు తెప్పించి తిన్నానని చెప్పినాడు. 4, 5 మాసాలు తినేటప్పటికి ఎక్కడలేని సత్తువా వచ్చింది. ఇట్లు రెండుసంవత్సరములు గడిచేటప్పటికి అతనికి తిరిగి నపుంసకత్వము ప్రారంభించినది. ఈ తడవ పంజాబుమందుకూడా పనిచేయలేదు, సరిగదా మధుమేహము గలిగినది. తరువాత జరిగిన దుఃఖకరమైన చరిత్ర నేను చెప్పదలచుకొనలేదు. మనకు యింతవరకూ చాలును. ప్రపంచకములోని మందు లేవీకూడా వీర్యాన్ని గలిగించలేవు. వీర్యవర్ధకము లని చెప్పబడే మందులన్నీ చేసే పని యేమిటంటే రక్తంలో ఉన్న బలాన్ని పిండి వీర్యంగా మార్చటమే. ఈ పని ఎట్లాంటి దంటే పాలలో ఉన్న వెన్న పూసను కవ్వంతో చిలికి వెలికితీయుట వంటిది. ఈ క్రియవలన పాలలోకి సత్తువ చేరలేదు సరిగదా, ఉన్నసత్తువ విడదీయబడినది. అట్లే వాజీకరములగు మందులు వాడినప్పుడెల్ల రక్తములోని పాటవము తగ్గిపోయి క్షారసంపద హరించిపోవును. తాత్కాలికమైన ఒక ఉద్రేకము వలన దేహానికి బలం చేకూరినట్లు తోస్తుంది. వాజీకరణౌషధము చల్లకవ్వము వలెనే రక్తములోని పాటవాన్ని పోగొట్టేందుకే సహాయపడుతుంది. తనకువచ్చే వడ్డీకంటే ఎక్కువ మొత్తానికి బ్యాంకుమీద చెక్కు వ్రాసే నిర్భాగ్యుపు డిపాజిటరువలెనే వాజీకరణౌషధమును సేవించే రసికుడున్నూ, తన దేహపాటవాన్ని చెడగొట్టుకొనే వాడే అగుచున్నాడు. దీనినిగురించి ఎవరు యింతకన్న ఎక్కువగా చెప్పినా అందులో మోసంగాని అజ్ఞానంగానీ ఉందని గట్టిగా నమ్మండి.

2 బ్రహ్మచర్యము

బ్రహ్మచర్యమనే పదానికి సహజంగా యే అర్థ

మున్నా భార్యాభర్తలు సంప్రయోగము లేకుండా విడిగా ఉండుటకు యీ పదాన్ని యిచ్చట ప్రయోగించుచున్నాను. ఇట్లా కొంత కాలము బ్రహ్మచర్యము చేసిన ఇంద్రియపాటవము కలిగి, సంప్రయోగమునందు సమర్థులుగా నుందురను నమ్మకము కొందరికి గలదు.

కొన్ని మాసాలు బ్రహ్మచర్యము చేసి సంప్రయోగము చేసినయెడల యేమి సంభవిస్తుంది ?

అంతకు పూర్వము చేసిన సంప్రయోగములందుకన్న యీ సంప్రయోగమునందు పురుషుని ఇంద్రియము త్వరగా కరిగి వెడలిపోవును. అతడు చిరకాలపురుషుడైన యెడల అతడు మధ్యమకాలపురుషునకు వలె మధ్యమ కాలములోనే భావప్రాప్తిని పొందును. మధ్యమ కాలపురుషుడైన యెడల శీఘ్రకాల పురుషునకు వలెనే అతిత్వరగా భావప్రాప్తిని బొందును. స్త్రీయును అట్లే పూర్వమునకన్న త్వరగా భావప్రాప్తిని బొందును. అయితే యిందువలన కాలసంబంధమైన తీవ్రతలయందుండే తేడాలు సర్దుబాటు కాలేదు. అందువలన సామరస్యము కుదురదు. కనుక కాల సంబంధమైన సామరస్యమునకు బ్రహ్మచర్యము యే విధంగానూ తోడుపడదు.

3 అమనస్సంప్రయోగము

సంప్రయోగకాలమున మనస్సును యెక్కడో ఉంచి చేసే సంప్రయోగమునకు అమనస్సంప్రయోగ మని పేరుపెట్టి యున్నాను. అభ్యాస పాటవమున పురుషుడు తన దేహేంద్రియములనుండి మనస్సును వేరుచేసి, యే దేవుని నామరూపములనో, యే క్షేత్రమునో, యే శాస్త్రమునో మనస్సున నుంచుకొని సంప్రయోగము చేయును. అందువలన ఇంద్రియము త్వరగా చలింపక చిరకాలము నిలచి యుండును. ఇట్టి సంప్రయోగమును స్త్రీలు ప్రేమింపరు. ఏమనగా ఆకాలమున వారికి నిద్రపోవుచున్న వానితోను, మత్తునితోను రమించుచున్నట్లు తోచును. మరియు కర్మము చాలక అట్టికాలమున గర్భధారణము అయినయెడల అందుండి కలిగే శిశువునకు కరచరణాదులు కలుగకుండుటగాని, కలిగినను పుట్టినప్పటినుండి అతడు మత్తుడు, జ్ఞానహీనుడు, మూగ, చెవిటి, మొదలైన లక్షణములతో గూడినవాడైనను గావచ్చును. కనుక యీ విధానము కాలమును పెంచ గలిగినను, వాంఛనీయము గానట్లే తోచుచున్నది. కాక యీ సంప్రయోగమువలన పురుషుడు మాత్రము పొందే సౌఖ్య మేమున్నది ? ఇట్టిసంప్రయోగము వలన జ్ఞానవంతులు, భక్తులు పుట్టవచ్చునని కొందరు భ్రమపడవచ్చును. అది జరుగదు.

4 అవేగ సంప్రయోగము

వేగము లేకుండా సంప్రయోగము చేయుట అనగా స్త్రీపురుషావయవములు కలసిన తరువాత వడిగా కాకుండా నెమ్మదిగా పురుషావయవమును కదలించుటకు యీ పేరు వాడినాను. అయితే రాగోదయమై ఉజ్జ్వల అయిన స్త్రీ యిట్టి సంప్రయోగమును సుతరామూ హర్షింపదు. అందువలన ఆమె యెదురొత్తుల చేతనైనా వేగాన్ని వృద్ధిచేస్తుంది. అతడు వేగాన్ని తగ్గించినందువలన ఆమెకుగూడ భావప్రాప్తి తొందరగా జరుగదు. దానివలన పురుషుడీ విధానమువలన గూడా కాలసంబంధమగు

సామరస్యమును కుదుర్చుకొనజాలదు. ఎంతో రాగరహిత అయితేతప్ప యిట్టి సంప్రయోగ మునకు స్త్రీ ఒప్పుకొనదు. కనుక యీ విధానముగూడా ఉపయోగింపనక్లే తేలుచున్నది.

5 అచల సంప్రయోగము

అనగా పురుషాంగమును స్త్రీ వరాంగమున నుంచి ఊరకుండుట. ఇందువలనగూడ పురుషునకు మాత్రము భావప్రాప్తి అవుతుంది. అచ్చటనుండే తడితోగూడిన వేడిమివలన ఇంద్రియము చలించి వెడలిపోతుంది. ఆమెకు సంధుక్ష్యభావావస్థే గతి. అంతకన్న ఆమెకు లాభ ముండదు. ఇట్టి సంప్రయోగమును స్త్రీ, అందును ఉజ్జ్వల అయిన స్త్రీ, అసలే ఒప్పుకొనదు. అందువలన యీ ప్రక్రియగూడా కాలసామరస్యాన్ని కలిగింపజాలదు. మరియిట్టి ప్రక్రియలను పేర్కొని నిరాకరింప నేల నని మీరడుగ వచ్చును. నిజమేగాని యిట్టివేగద శాస్త్రమర్యాద నెఱుగనివారు శంకితులకు బోధింతురు? అందుకొఱకై యిట్లు చేయక

6 అవిసృష్టిసంప్రయోగము

పురుషుడు తన వీర్యపాతకాలమును గుర్తించుకొని వీర్యము యోనియందు పడకుండా వెలుపటికి లాగి వదలివేయుట. ఇది ప్రాయికముగా సంతానమునందు యిచ్ఛలేనివారు చేయుదురు. కాలసంబంధమగు సామరస్యము దీనివలన కుదురదు సరిగదా, ఆమె యెన్నోగంటల కాలము అత్యధికమగు సంధుక్ష్యభావావస్థలో ఉండిపోతుంది. ఆమె కిట్టి సంప్రయోగము లందు విత్రాసమున్నూ కలుగును. ద్వేషమున్నూ పొందవచ్చును. ఇట్టి సంప్రయోగము లామెను వ్యభిచారిణినైనను చేయును. ఇట్టి పిచ్చి పనులు చేయుభర్త తన భార్యకు వ్యభిచారము నేర్పినాడని చెప్పవచ్చును. నిజానికి యిది సంప్రయోగ మను పేరునకే తగదు. ముష్టి మైథునమే దీనికన్న మేలైనది. ఏమంటే అందు బాగో, ఓగో ఒకపురుషునితోనే అంతరించును. ఇట్టి సంప్రయోగమువలన చెడునట్టి వారు ఒకరికి బదులు యిద్దఱగుదురు.

7 అశితము

లింగాగ్రచర్మమును తీసివేయుటకు సున్నతి అనిపేరు. ఇది చిన్నతనముననే జాగ్రత్తగా కత్తిరించివేయు మతము లున్నవి. ఇట్లు చేసినప్పుడు లింగాగ్రమునందలి తడి యారిపోవుట వలన లింగాగ్రము మొద్దుబారిపోవును. అనగా సున్నితత్వము కోలుపోవును. కనుక యోనియందు ప్రవేశపెట్టినప్పుడు పురుషుని లింగాగ్రమునందలి జ్ఞాననాడులు వెంటనే మేలుకొనవు. అందువలన అతనికి భావప్రాప్తి కలుగుటకు యెక్కువకాలము పట్టును. అందువలన స్త్రీ కిట్టి పురుషునివలన భావప్రాప్తి తప్పక కలుగును. అయితే ఇట్టి సంప్రయోగములందు పురుషునికి కలిగే సౌఖ్యాన్ని, చర్మము కలవారికి సంప్రయోగము లందు కలిగే సౌఖ్యముతో పోల్చినప్పుడు, చర్మము గలవారికే యెక్కువసుఖముంటుందని సామాన్యముగా చెప్పుటకు వీలున్నది. అయినప్పటికి తనభార్యగూడా భావప్రాప్తిని పొందుచున్నది గదా అనే తృప్తియును, తన భార్యను యెక్కువకాలము సంప్రయోగమునందుంచితినిగదా అనే సంతోషమున్నూ, అతని పక్షమున నున్నది. ఏమైనను అశిత సంప్రయోగము స్త్రీకి నిష్కర్షగా ప్రీతిదాయక

మైనది. తప్పక దీనిని కాలసామరస్య విధాన ములలో నొకటిగా పేర్కొనవచ్చును. సున్నితి చేసినప్పుడు కలిగే బాధ, సంప్రయోగకాల మునందుండే మొద్దుతనము మనస్సులో నుంచు కొన్న యెడల యిది నిరుష్టమైనది మాత్రముకాదని సులభముగనే గ్రహింపవచ్చును.

8. క్షాళనము

ఇది చాలా సులభమైనది. తప్పక ఉపయోగించునది, మనవారు అవలంబించినది, మనము మానినదియును. మూత్రము వదలినప్పుడెల్ల పురుషుడు తన శిశ్నమును చన్నీటితో కడుగవలెను. ఇట్లు చేసినప్పుడెల్ల లింగమునందలి రక్తము లోనికి పోయి, క్షాళనము ఆపిన తోడనే తిరిగి ప్రచండవేగముతో లింగమును పూరించును. ఈ ప్రక్రియవలన లింగమునందలి ఉష్ణమును భరించు శక్తి వృద్ధి బొందును. సున్నితత్వమున్నూ నశించిపోదు. లింగము నందలి జిగివి (tone) వృద్ధిబొందును. ప్రతిమగవాడును మూత్రము వదలినప్పుడెల్ల చన్నీటితో క్షాళనము చేసుకొనవచ్చును. ఇందువలన కట్టుకొన్న పంచెలకు మూత్రబిందువులు అంటకుండుటయే గాక సంప్రయోగకాలమున పొందవలసిన సంపూర్ణ సౌఖ్యము పొంద బడిన దగును. ఇట్లు చేసిన పురుషుడు తానేగాక తన భార్యనుగూడ సుఖపెట్టినవా డగును. ఈ ప్రక్రియను అవలంబించిన వారందరును కాలసామరస్యమును సాధించిన వా రగుదురు. శీఘ్రకాల, మధ్యకాల స్త్రీలుగూడ మధ్యకాల చిరకాల పురుషులను సుఖపెట్టవలసినప్పుడు యీ పద్ధతిని అవలంబింపవచ్చును. పెద్ద చెంబుతో నీరు తీసుకొని పోయి మలమోచనానంతరము గూడ - తీరికగా పను పెట్టుకొని లింగాగ్రచర్మమును చన్నీటితో లోపలను, వెలుపలను కడుగుటవలన గూడ కాలసామరస్యము సిద్ధింపగలదు. ఇంత యేహ్యమైన దానిని నేను శ్రద్ధగా వర్ణించితినని నాపై నెవరునూ అసహ్యించుకొన నక్కరలేదు. జాగ్రత్తగా క్షాళన అవలంబించినవారికీ యీ పంక్తులు అక్కరలేదు. దురదృష్టమే మనగా నూటికి పదిమందియైనను యిట్టి శౌచ కర్మను ఆచరించుటలేదు. వారికొఱకైయే నేనిచ్చట పనిపెట్టుకొని వ్రాయవలసి వచ్చినది. శీఘ్రకాలపురుషులు అవలంబింపవలసిన పద్ధతి యింకొకటున్నది. వారు ఉదరమునందలి వేడిమి తగ్గుటకు ప్రతిదినమునూ ఉదయమునందును సాయంకాలమునందును కూనేవిధానమునందలి కటి, లింగస్నానములను వరునగా 10, 8 నిమిషముల పరిమితిగల వానిని ఆచరించవలెను.

9. హవనము

రక్తమునందు క్రొవ్వు చేరి యున్నప్పుడది శుక్లముగా మారునప్పుడు క్రొవ్వుగూడ నందు చేరును. అట్టి శుక్లము, సంప్రయోగకాలమున, వెడలుటకు యెక్కువకాలము పట్టును. అయితే క్రొవ్వు సామాన్యముగా రక్తములో చేరక దేహమున వేరే పొరగా పేరుకొనును. బాగుగా కష్టపడి పనిచేయు వారియందది రక్తముతో కలసి, దానివెంట అభిసరించుచుండును. సోమరులయందది రక్తముతో కలియక మేదముగా నేర్పడును. క్రొవ్వుగల రక్తము శుక్లముగా మారినప్పుడది శుక్లమునకు ఘనీభవించే గుణాన్నిగూడా యిస్తుంది.



అందువలన అట్టివారికి సంప్రయోగకాలమున భావప్రాప్తి ఆలస్యముగా నగును. అందువలననే కృషికులయందును జానపదులయందును, స్త్రీపురుషు లన్యోన్యము ప్రేమికులుగా నుందురు. వైదికులైన కర్మఠులయందును స్త్రీ పురుషులు అన్యోనము అత్యంతము ప్రేమించు కొనుచుండుట కద్దు. హావనకర్మయందు వేల్చబడే అణుస్వరూపమగు (Ionised ghee) ఘృతాదులు రక్తములోనికిని నాడులలోనికిని సూటిగా వ్యాపించి వానియందు ఘనీభవించి శుక్లమునకు పాటవమును కలిగించుచున్నవి. వైదికులుగాని యితరులుగాని హోమద్రవ్యములగు ఘృతాదులను, ప్రతిదినమును హావనము చేయుట వలనగూడ రతిసామరస్యము కలిగి సుఖింతురు. ఈసంగతి తెలిసియే కృషికులుగా నున్నవారిని వదలి మిగ్లిన మూడు వర్ణములవారికి నిత్య ఔపాసనమును వేదము విధించియున్నది. కృషికులకు హావనముతో నిమిత్తము లేదు. ఏమనగా వారికి సూర్యకాంతియే ప్రత్యక్షముగా హావనఫలము నొసంగుచున్నది. ఈ సంగతి తెలిసియే ఆర్యసమాజమువారు ప్రతి సామాజికునకు నిత్యవిధిగా హావనమును విధించియున్నారు. దివ్యజ్ఞాన సామాజికులు గూడ తమ భారతసమాజపూజా విధానమున హావనమునుగూడ వేల్చుచున్నారు. పరిషియా మొదలైన కొన్ని దేశములందు హావనము విధిగా నేర్పడియున్నది. కాలసామరస్యమునకు హావనముగూడా ఒకనిశ్చయమైన విధానమని మనకు తెలియుచున్నది.

కాలసామరస్యమునకు కొన్ని తాంత్రిక విధానములున్నూ కలవు. ఒక స్త్రీయును ఒక పురుషుడున్నూ చిరకాలము విడిచియుండి బ్రహ్మచర్యము నవలంబించియున్న యెడల తరువాత కలియునప్పుడు మొదటిరాత్రి స్త్రీ పురుషుని కన్న ఆలస్యముగా భావప్రాప్తిని పొందును. రెండవరాత్రియందు పురుషునితో పాటే భావప్రాప్తిని పొందును. ఇట్లే మూడవ రాత్రి యందు పురుషునికి ముందే ఆమె భావప్రాప్తిని పొందును. అందువలన స్త్రీ పురుషులు కొంతకాలము విడిగా నుండి అనగా బ్రహ్మచర్య మవలంబించి కలియ నారంభించిన తరువాత వరుసగా 3,4 రాత్రులు సంప్రయోగము నెఱపినయెడల ఇద్దఱికి కామతృష్ణతీరును. తిరిగి కొంతకాలము బ్రహ్మచర్య మవలంబింపవలెను. అవలంబించుటకు యిద్దఱున్నూ నిశ్చయము చేసుకొనవలెను.

ఇట్లే చిరకాలస్త్రీతో మధ్యమకాల పురుషుడు, మధ్యమ కాలస్త్రీతో శీఘ్రకాల పురుషుడు గాని రమించుటలో మొదటిరాత్రి మొదటి సంప్రయోగమునం దామెకు భావప్రాప్తి కలుగకున్నను, 2, 3 సంప్రయోగములం దామెకు తప్పక భావప్రాప్తి కలుగును. చిరకాలము బ్రహ్మచర్య మవలంబించిన భార్యాభర్తలు తొలిసారి కలిసినప్పుడు 1,2 తూరులు సంప్రయోగము చేయకున్న ఆమెకు భావప్రాప్తి కలుగక సంధుక్ష్యభావావస్థలో నుండిపోవును. కాన చిరకాలవియోగము తరువాత కలిసిన మొదటి రెండు రాత్రులయందు 2, 3 తూరులు సంప్రయోగములు చేసియైనను ఆమె భావప్రాప్తి పొందునట్లు చూడవలెను. అందు కనేగద, చేమకూరకవి 'మూడువలపుల్ వలచెన్ ఫణిరాజకన్యకన్' అన్నాడు. శాస్త్రముచదివినా చదువకున్నాగూడా కొందఱు సహజపరిజ్ఞాన

మువలన 10 దినములు బ్రహ్మచర్య మవలంబించి 3,4 దినములు దాంపత్యసుఖము అనుభవించి, తిరిగి 10దినములు బ్రహ్మచర్యమును తిరిగి 4 దినములు దాంపత్యసుఖమును అనుభవించుటకు యేర్పఱచు కొనువారు మనకు అచ్చటచ్చట తటస్థపడుచుందురు. వారిదాంపత్యమునందు వడిదుడుకులు లేకుండుటచే వారు అన్యోన్యము మిక్కిలి ప్రీతిగలవారుగా నుంటున్నారు. వారియందే చిరకాలము వయసుదనమును, చలాకీయు, బలారోగ్య, సౌందర్యాదులు నిలచియుంటున్నవి. వారే దీర్ఘాయుష్మంతులుగాను ఉంటున్నారు. ఇంత దూరము చెప్పిన తరువాత యెవరు యేయే విధులచే దంపతు లిద్దఱును సంపూర్ణ దాంపత్య సుఖమును పొందగలరో ప్రత్యేకించి చెప్పనక్కఱలేదు. అందఱూ అన్నివిధాలూ అవలంబింపనక్కఱలేదు. కొన్ని విధులచేతను అంత ఫలమునూ పొందవచ్చును. ఏ విధులు యెవరికి, వనతిగను తేలికగను కాన్పించునో వానినే అవలంబించి చరితార్థులు గావచ్చును.

వాత్స్యాయను డిలా అన్నాడు.

“ప్రథమరతే చండవేగతా, శీఘ్రకాలతాచ పురుషస్య, తద్విపరీత ముత్తరేషు. యోషితః పునరేతదేవ విపరీత మాధాతుక్షయాత్.”

అనగా మొదటిరతియందు పురుషునకు మిక్కిలి త్వరగా భావప్రాప్తియగును. తరువాత చేసే సంప్రయోగములందు అతడు మందవేగుడు మధ్యకాలుడు అగుచున్నాడు. అనగా యింకా ఆలస్యముగా భావప్రాప్తి అగుచున్నది. స్త్రీకన్ననో యిందుకు విపరీతముగా మొదటి రతియందు ఆలస్యముగా భావప్రాప్తి కలుగును. ఉత్తరోత్తరరతులయందు ఆమెకు భావప్రాప్తి మిక్కిలి తొందర తొందరగా గలుగుచున్నది. అందువలన తన భార్యకు మొదటి రతియందు భావప్రాప్తి కాలేదని గ్రహించిన పురుషు డామెతో రెండవతూరి గూడి సంప్రయోగము చేసి భావప్రాప్తిని కలిగింపవలెను.

విజయానికి మీ తోడ్పాటు

ప్రపంచాన్ని ఉత్పాత మూగించుచున్న యుద్ధ విజయానికి మన మేమి చేయగలము? మిగతా యుద్ధాలలో యెలా ఉన్నా యీ యుద్ధాన్ని ఆయుధాలవలన గాక ఆహారమువలననే జయింపవలసేటట్లున్నది. ఈయుద్ధములో ఒక రాజు గెలిచి యింకోరాజు ఓడుట కాదు జరుగబోయేది. అధర్మము ఓడిపోయి ధర్మము జయింపవలసి యున్నది. అందుకు మన మందరము హృదయపూర్వకముగా వాంఛింపవలెను. బజారుకు పోయి చూస్తే ప్రతివస్తువు ధరయు మితితప్పి పెరిగియున్నది. ధాన్యపుధర రెట్టింపు పెరిగినది. పప్పుపదార్థములు మూడురెట్లు - చమురు దినుసులు నాలుగురెట్లు- చింతపండు, మిర్చి నాలుగురెట్లు యీ విధంగా పెరిగినవి. మనము వాడుకునే కాగితము దొంగధరలకు చాటుగా కొనవలసి వస్తున్నది. కంట్రోలు ధరకు నాలుగురెట్లు యిస్తేగాని కాగితము లభించుట లేదు. లోహజాతులు అన్నిటి ధరలు పెరిగిపోయినవి. పండ్లు, కూరలు గూడా ప్రియమైనవి.

యీ సంగతులు అందరికీ తెలుసు. అయితే మన మేమి చేయగలము?

తనకు కలదుగదా అని యెవరూ అవసరానికి మిగిలి భోగముల ననుభవింపరాదు. ఈ ధర్మమును యెవరు ఉల్లంఘిస్తారో వారు ఓడిపోయే పార్టీలో చేరుతారు. అందరి బ్రతుకులోనూ తన బ్రతుకు గూడా యిమిడియున్నదని యెవరు గ్రహించి ప్రవర్తిస్తారో వారు ధర్మపక్షములో చేరి యుద్ధములో గెలుస్తారు.

మనలో యెంత యెక్కువమంది ధర్మపార్టీలో చేరుతామో దానిపై మన జయ మాధారపడి యున్నది.

1. ప్రతిఒక్కరును తమకు అవసరమున్నా సరే, లేకున్నా సరే యుద్ధ విజయానికి ప్రతిదినమును ఒకగంట ప్రత్యేకము వినియోగింపవలెను. ఇందు 15 నిమిషములు ధర్మపక్ష జయమునకై పరాత్పరుని ధ్యానింపవలయును. ప్రార్థనా పూర్వకముగ మనము సంకల్పము చేసినయెడల ధర్మపక్షము తప్పక జయించును. 15 నిమిషములు యిట్టి అభిప్రాయములు గలవారితో చేరి విజయానికి మన మేమి చేయగలమో చర్చించుటకు ప్రతిదినమును వినియోగింపవలెను. మిగిలిన 30 నిమిషములు ప్రతియొక్కరును కూరగాయలను స్వయముగా పెంచవలయును.

2. బర్మానుండి బియ్యము మనదేశమునకు దిగుమతి యగుట లేదు. ఇతర దేశములకు మన బియ్యము యెగుమతి చేయక తప్పుట లేదు. అందువలన మనము తినే బియ్యాన్ని సాధ్యమైనంత తగ్గింపవలసియున్నది. బియ్యపు వాడుక తగ్గించుటచేత యేర్పడిన లోటును యితర వస్తువులచే నింపవలసియున్నది. ఆ యితర వస్తువులు యేవి? కూరగాయలు.

3. బియ్యముమీది తవుడు చాలా బలకరమైనది. దానిని తీసివేసినప్పుడు యెక్కువ పరిమితిగల అన్నము తింటే గాని ఆకలీ తీరదు, బలమూ రాదు. బియ్యముయొక్క వాడుక తగ్గించి తోడివారికి సహాయము చేయ

దలచిన వారు తప్పకుండా ముడిబియ్యపు అన్నమునే తినవలెను. బస్తాధాన్యమునుండి 52 శేరుల ముడిబియ్యము లభించును. అదే బస్తానుండి తెల్లబియ్యము తయారు చేసిన యెడల 44 శేరులకన్న యెక్కువ లభింపవు. ఒకశేరు తెల్లబియ్యపు అన్నము ముగ్గురు తినగలరు. ముడిబియ్యపు అన్నము నలుగు రకు సరిపోవును. కాయకష్టము చేయువారి కైనను ముడిబియ్యపు అన్నము యెక్కువ శక్తి నివ్వగలిగి యుండును. మరియును 2 శేరుల మరబియ్యపు తెల్లఅన్నము తిన గలిగిన కృషికులకు 1¾ శేరుల ముడి బియ్యపుఅన్నము యెక్కువగును. ఈలెక్కలు కల్పితములు గావు. బీదలకు అన్నదానము చేయువారి లెక్కలనుండి గ్రహింపఁబడినవి. అన్నముమీాది గంజి వార్చివేసినప్పు డందలి బలకరమైన పదార్థము లా గంజితో వెడలి పోవుటవలన వార్చిన అన్నముకన్న వార్చని అన్నమును తినుటవలన గూడ తోడివారికి అన్నము లభింపగలదు.

4. బియ్యము యొక్క వాడుకను యింకనూ తగ్గించే ఉపాయ మున్నది. తినే ప్రతి కబల మును బాగుగా నమలుటవలన త్వరలోనే తృప్తి కలుగుటయే గాక అందలి యణువు లన్నియు బాగుగా విడదీయబడి అందలి శక్తి యంతయు దేహమునకే లభించును. అందు వలన దేహమునం దిముడక వ్యర్థముగా మలా దులలో చేరి నేలపాలయ్యే యెంతో ఆహార సారము కూడి వస్తుంది.

5. కూరగాయలను వాడుటలో గూడా కొన్ని నియమములు పాలింపదగినవి. కాయగూరల మీాదనుండే చర్మమును చెక్కి పారవేయక సాధ్యమైనంత వరకు చర్మముతోనే కాయలను వండదగియున్నది. కూర చిమిడిన కొలదిని తినవలసిన కూర పరిమితి పెరిగిపోవుచుం డును. ఇంతేగాక యెంత యెక్కువ ఉడికితే కూరలయందలి జీవసత్త్ర అంతగా నశించి పోవును. కనుక కూరలు సయితము నమలి తినుటకు వీలుగా నుండునంత మాత్రము ఉడుక నీయవలెను. పాయసమువలె మెత్త బడి పోవునట్లు ఉడుకనీయరాదు. ఇట్టి యాహా రములు మొదట తినుటకు మోటుగా నుండును. కాని అభ్యాసవశమున దానిని ఆనందముగా భుజింపగలుగుదురు. అవి యెక్కువ శక్తిదాయకములుగాగూడ నుండును. ఇట్లు చేసిన ప్రతివారును, ధర్మయుద్ధమునకు సహాయము చేసిన వారగుదురు.

6. విందులు, సంతర్పణలు చేసినప్పుడు యెంతో అవసరములేని పదార్థము తినుటయు, యెంతో పదార్థము వ్యర్థముగా నేల పాలగు టయు తటస్థించుచున్నది. కనుక భాగ్యవం తులుగా ఉండేవారు భాగ్యవంతులను పిలచి చేసే విందులు, సంతర్పణములలోను తిను పదార్థములు వ్యర్థము చేయుటలో చరితార్థ మగుచున్నదిగాన అట్టివానిని మానివేయుట వలన గూడ మనము ధర్మయుద్ధమునకు సహాయము చేసినవార మగుదుము.

7. శక్తియున్నవారు, పనిలేని పాటకప్పు జన మునకు పనిచేయించు కొనియైనను ఆహారము నొసంగుటవలన గూడ మనకు జయము చేకూరును. ఎంతోమంది తమ ధనమును యెక్కడ దాచుకోవలయునో తెలియక బాధ పడుచున్నట్లు కాన్పించును. అట్టివారు గృహ నిర్మాణము చేయించియు, భూములు మర

మ్మతు చేయించియు కార్మికులను కాపాడి ధర్మమునకు జయమును చేకూర్చగలరు.

8. వసతిగలవారు, ధర్మమునకు వాయిదా వేయక తాము చేయదలచిన ధర్మమును నేడే చేయవలెను. దేవాలయనిర్మాణము, సత్రములను కట్టించుట, చెరువులు త్రవ్వించుట యిప్పుడే చేయించినయెడల అన్నము లేక మరణింపవలసిన యెందరో కృషికులకు జీవింప మార్గ మేర్పడును. ఇదియును ధర్మ యుద్ధజయమునకే తోడుపడును.

9. ఎందరో పేదలు అనాథ్యులుగా నున్నారు. వారు ధర్మముతో తప్ప జీవింపజాలరు. శక్తి గలిగినప్పు డెల్ల పేదలకు, వికలాంగులకు ఆహారాదుల నొసంగుట ద్వారా మనము జయమును సంపాదించుకొనగలము.

10. అన్నము తరువాత పేర్కొనవలసినది వస్త్రము - వస్త్రములయొక్క వాడుకను ప్రతివారును తగ్గించుకొనవలెను. మళ్ళీ - శీతా కాలము వచ్చేవరకు సాధ్యమైనంతవరకు పురుషులు అంగరఖాలను, కుడితినీలను వదలివేయ వచ్చును. ఎన్నోవందల వేలగజముల గుడ్డ యిందువలన కూడివచ్చును. గుడ్డలు తెలుపు చేయుట యందును, సాపుచేయుట యందును అందలి జిగి తగ్గిపోయి మన్నికగా నుండవు. అందువలన ముడిగానే ఉంచి, ఉదికి వాడుకొనుచుండుట వలన అవి మన్నికగా నుండును. అందువలన గూడ కొన్నిలక్షల గజముల గుడ్డ మనము యితరుల వాడుకకొరకై మిగిల్చినవార మగుచున్నాము. తెలుపు, సాపు చేసిన గుడ్డలను ధరింపదలచినప్పుడు యెన్నోజతల వస్త్రము లుండిన గాని ఒక్కొక్కరికి చాలవు. ముడిగుడ్డ దేశవాళీ పద్ధతిని ఉదికి వాడుకొనినప్పుడు మనిషి ఒకటింటికి 2.3 జతలు చాలును. ముడి అన్నము తినుటవలెనే యిది గూడా మొదటిలో యెబ్బెరికముగా నుండినను, పోను పోను యిదే అలవాటై ముడిగుడ్డ ధరించుట యును నాగరికతయే కాగలదు. ఇందువలన గూడ మనము ధర్మయుద్ధమునకు తోడుపడినవార మయ్యెదము.

11. బజారులో దొరికే వస్తువులలో యెన్నింటికో ధరలు ఊహింపనుటకైనను వీలుగానంత యెక్కువగా పెరిగి పోయినవి. ధరలు న్యాయముగా పెరుగని వస్తువులకు కూడ వర్తకులు ధరలు పెంచి సొమ్ము గడించుచున్నారు. కనుక ప్రతి ఒక్కడును ప్రతివస్తువును కొనబోయే ముందా వస్తువు కొనకుండా జరుపు కొనుటకు వీలగునేమో బాగుగా యోజించి మరీ కొనవలెను. ఇట్లు చేయుట వలన గూడ మనము యుద్ధజయమునకు తోడుపడెదము.

12. ఎన్నో రోగములు భయమువలనను, పిరికితనమువలనను, అసూయవలనను, కామ క్రోధాదులవలనను కలుగుచున్నవి. భగవద్భక్తి నిత్యప్రార్థనలవలన అవి నయ మగును. దినమునకు 15 నిమిషములు భగవత్ప్రార్థన యందు మనము గడిపెదమేని, ఆసుపత్రుల చుట్టును, వైద్యుల చుట్టును తిరుగ వలసిన యెంతోకాలము కూడివచ్చును. ఈ కాలము నంతను కూరగాయల పెంచుటయందును, లోక హితకార్యములందును వినియోగింపవలెను. ఇందువలన గూడ ధర్మమునకు జయము లభింపగలదు.

13. ఒకరోజు విశ్రాంతి తీసుకుంటేనో, ఒక రోజు ఆహారము తినకుండా ఉంటేనో, ఒక రోజు భక్తులతో కలసి ప్రార్థన చేస్తేనో నయమయ్యే వ్యాధులు నూటికి 50 దాకా ఉంటవి. రోగము రాగానే మందుకు పరుగులెత్తి వైద్యులిచ్చే విషాదులవలన దేహాలను పాడుచేసుకొని నానాటికి వైద్యులకును, ఆసుపత్రులకును దాసులై జీవించుటకన్న స్వతంత్రయోజనకు తా విచ్చి తాను యేవిధానా రోగాన్ని నయము చేసుకోలేనప్పుడే వైద్యుని ఆశ్రయింప మొదలు పెట్టినయెడల క్రమక్రమముగా మన లోని స్వాతంత్ర్యేచ్ఛ వృద్ధి బొంది ధర్మ విజయానికి తోడుపడుతుంది.

14. ప్రతివారును పిచ్చికుక్కలవలె ప్రయాణాలు చేయక తా నున్నపట్టునే ఉంటూ మిక్కిలి అవసరమైనపుడే ప్రయాణము చేయవలెను. ఇది ఒక్క రైలు ప్రయాణానికే మా కాదు. ఎట్టి ప్రయాణానికీ గూడ ఈ నియమము వర్తించును. ఇందువల్ల ఎంతో మానసిక శక్తి వృద్ధిపొందును. దానివలన ధర్మపక్షము జయించును. పనిలేకుండా తిరుగుటవలన మనస్సునందలి స్థైర్యము పోయి చాంచల్య మేర్పడును. చాంచల్యమువలన మనోబలము తగ్గిపోవును. దానితో వివేకము తగ్గిపోవును. దానితో అధర్మప్రవృత్తి యేర్పడును. అధర్మప్రవృత్తి యెక్కువయిన కొద్దీ ధర్మమున కపజయము సంభవించును. కనుక అవసరములేని ప్రయాణాలు ఎంత తగ్గిస్తే అంత మనం ధర్మానికి జయాన్ని చేకూర్చిన వార మగుదుము.

మందులు: అలవాటు

(సత్యమ్)

అమెరికన్లు మందులను జాస్తీగా వాడుతారు. మిగిలిన యే దేశస్థులును మందులను యింత విరివిగా వాడరు. అమెరికన్ల మందుల వాడు కనుగూర్చి ప్రఖ్యాత మందు వైద్యుడు యిలా చెప్పాడు. అమెరికాలోని డాక్టర్లు యిచ్చు మందులలో నూటికి తొంభైపాళ్ళు అనవస రమే. అనవసరమే కాకుండా దేహమునకు హానికరములుకూడాను. మందులకై అమెరి కన్లు వెచ్చించు ధనమునుగూర్చి ప్రఖ్యాత రచయితయగు లిలిన్ బోడీ యిలా సెలవి చ్చారు. 'డాక్టర్లకును, మందులకును అమెరి కన్లు వెచ్చించు ధనమును మరి యే దేశస్థులును వెచ్చించరు. సాలీనా వీరు వెచ్చించు ధన ముతో అమెరికాలోని ప్రతివీధిలోను నవర సులను పరచవచ్చు. ప్రతి సైడు కాలువలోను పాలు తేనెలను ప్రవహింప చేయవచ్చు.

ఏదో ఒక రకమగు మందులను నిత్యమును సేవించువారు లేనే లేరని చెప్పవచ్చు. మందు లను తయారుచేయుటకును, వెచ్చించుటకును, రోగులకు మందులను అందజేయుటకును చాలామంది జనులు ఉపయోగపడుచున్నారు. పై పనులవలన చాలామందికి జీవనము జరుగు చున్నదను మాటను మనము ఒప్పుకోక తప్పదు.

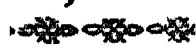
ప్రాచీనులు పరోపకారమునే ప్రధానముగా భావించి వైద్యమును చేసిరి. నేడన్నన్నో అభి ప్రాయములు తారుమారైనవి. ధనము ప్రధా నముగా భావించబడు చున్నది. రోగముల కుదుర్చుటను కళగా ఆరాధించిన (healing is an art) ప్రాచీనుల అభిప్రాయమునకును, వైద్యమును వ్యాపారముగా జూచుచున్న నవీనుల అభిప్రాయమునకును శృతి కుదురుట లేదు. వీరికి గల ధనాశను మాటలతో కప్పిపుచ్చుచున్నారు.

విధి విరామము లేకుండా మందులను వాడుట వలన బుద్ధి సూక్ష్మత పోవును. యుక్తా యుక్తములను విడదీయు వివేచన లోపించును. మనోనిగ్రహము లోపించుటవలననే నేడు ప్రపంచమంతటా హత్యలు జరుగుచున్నవని పండితోత్తములే ఒప్పుకొన్నారు. మందుల వలన మానవకోటికి అపకారము యెక్కువ జరుగుచున్నదని పండితులే గాక, పామరులును నిన్నా, నేడూ తెలిసికొనుచున్నారు.

నిత్యమును మందుల వాడువారు యేకారణము వల్లనైనా ఒకరోజున ఆ మందును వాడని యెడల పిచ్చియెత్తినట్లు భావింతురు. తల దిమ్ము, తలతిరుగుడు, వాంతులు మొదలగు బాధలను పొందెదరు. నిత్యమూ కాఫీ త్రాగు వారు ఒకరోజున కాఫీ త్రాగనియెడల యెన్ని బాధలు పడునదీ ప్రత్యక్షముగా చూచువారికి తెలియును.

మందుల నిత్యమూ సేవించువారికిని, కల్లు, సారాయి బ్రాందీలను సేవించు త్రాగుబోతు లకును ప్రవర్తనలో తేడా గలదు. మందుల సేవించువారు మందుల బారినుండి తప్పించు కొనుటకై యెప్పటి కప్పుడు మృత్యువును ఆహ్వానిస్తూనే ఉంటారు. త్రాగుబోతులు అట్లు కాదు.

క్రొత్తమందులు బయట పడగానే ఆమందుల గుణములను పత్రికలు వేనోళ్ల పొగడుతాయి. మందులను సేవించువారు ఉన్నవీ, లేనివి కలిపి యేమేమో వ్రాస్తారు. ఇవ్వీ, అవ్వీ,



చూచిన యువకులు నిజమని భ్రమపడి ఆయామందులకు అప్పుడే అర్డరిస్తారు. సేవించి నది మొదలుకొని యితను వదలలేరు. వాటికి లోబడి పోవలసినదే. అల్పవాటుపడిన తరువాత పశ్చాత్తాపపడి ప్రయోజన మేమున్నది? అసలు చిక్కేమిటంటే - ఎంత త్వరగా జ్వరమును తగ్గిస్తే అంత ఘనవైద్యుడని ప్రతీతి. అంత డబ్బు వస్తుంది. ఎంత తీవ్రమైన విషమును వాడితే ఆ జ్వరము తగ్గినదీ తెలిసికొనుటకు జనసామాన్యమునకు పని లేదు. మాత్రలో జ్వరము తగ్గిన తరువాత యేమి దుష్ఫలితములు వచ్చేదీ మందు వైద్యులకు బాగా తెలుసు. బయటకు చెప్పరు. నిజము చెప్పితే డబ్బు రాదని భయము.

బాధలను తెలియకుండా చేయుటకు నల్లమందును వాడుతారు. నల్లమందుతో బాధ తాత్కాలికముగా తగ్గుతుంది. మరింత తీవ్రముగా బయలుపడుతుంది. అప్పుడు మరింత ఘాటైన మందులు పోస్తారు. ఇట్లు మోతాదు పరిమాణము పెరిగిన కొలదీ ధాతుశక్తి తగ్గుతుంది. చివరకు మృత్యువే ఆసన్నమైన దంటే మన మేమీ విచారపడ నవసరములేదు. కానీ ఖరీదుగల వస్తువును కొన్నప్పుడు ప్రతివాడూ వస్తువును తిరగేసి బోర్లేసి చూస్తాడు. ఏమన్నా అతుకులు, చిల్లులు ఉన్నాయేమో నని బాగా పరిశీలిస్తాడు. 'ఆత్మనస్తు కామాయ సర్వమ్ ఆత్మనః ప్రియమ్ భవతి' అను సూత్రము ననుసరించి అన్నింటిలోనికి ఆత్మ ప్రధానమైనది. ఇంత కిమ్మతుగల దేహమును వైద్యునకు అప్పగించి కిక్కురుమనకుండా ఊరుకుంటారు. ఏమి మందు యిస్తున్నావని కూడా అడగరు. ఒకవేళ యే ఒకడైనా అడిగినా వైద్యుడూ ఆ ప్రశ్న కేమీ సమాధానము చెప్పడు. నీ కేమి తెలుసని ధిక్కరిస్తాడు. ప్రతివైద్యుడు తా నివ్వబోవు మందుల ప్రస్తుత గుణములును, తరువాతి ఫలితములను రోగులకు సచ్చచెప్పితే మానవకోటికి అంతులేని ఉపకారము చేసినవా రగుదురు.

దేశ స్వాతంత్ర్యమునకై పోరాడిన వారిని ప్రభుత్వములు యే విధముగా శిక్షిస్తున్నదీ దేశచరిత్ర చదివిన వారికి విశదమే. దేశ స్వాతంత్ర్యమునకు జీవితములను ధారపోసిన త్యాగధనులును లేకపోలేదు. ప్రభుత్వముల ఆగ్రహమునకు గురియగు దేశారాధకులు పడిన బాధలకన్న వైద్యుల పొరపాటువలన రోగులు పడు బాధలు వేయిరెట్లు యెక్కువ. మందుల అమ్మువారును వైద్యులును యిద్దరును తోడిదొంగలే. రోగుల పీడించి తీసికొను ఫీజులో యిద్దరకును భాగము గలదు. రెండు చెంచాల ఆముదముతో అగుపనికి వైద్యుడు పదిమందుల వ్రాస్తాడు. మందుల షాపువారు 14½ డాలర్లు చార్జేస్తారు. కల్లు, సారాయిల వల్ల కలిగిన తలతిక్కను తగ్గించుటకు పై యిద్దరును కలసి 9 డాలర్లు చార్జేస్తారు.

వ్యాపారస్తుడు రూపాయికి అణో, బేడో లాభమును తీసుకొంటాడు. వైద్యుడన్నవో నూటికి నూరు పాళ్లు లాభముల వేసుకొంటాడు. కొన్ని మందులలో రెండు మూడువందలరెట్ల లాభములను సునాయాసముగా పొందుతాడు.

నల్లమందుకు అలవాటు పడినవారికి ఒకరోజున దొరకకపోతే వారు పడుబాధలు వర్ణనాతీతములు. వీరికిని, వీరికుటుంబములకును సాయపడుట ప్రభుత్వమువారి ధర్మము. ఎట్లాగంటే ఈ వ్యసనపరులకు మందుల అంద నీయక పోవుటకన్న మందులవలన కల్లు ఫలితముల సచ్చచెప్పుట మంచిది.

కనీనికా నిదానము

(కాపీరైటు)

శ్రీ మృత్తింటి ఆంజనేయులు

3

ఇంత మహత్తరమైన నిదానమును తెలిసికొనుటకు ముందు యీ నిదానమును కనుగొనిన డాక్టరు గారినిన్నీ, వారి అనుయాయుల నున్నూ తెలిసికొనుట యుక్తము గాన వారిని గూర్చి తెలిసికొందాము.

హంగరీ దేశమునకు బుడాపెస్టు రాజధాని. వాన్ పెక్ జెలీ బుడాపెస్టులో జన్మించెను. ఒక రోజున ఈపిల్లవాడు అకస్మాత్తుగా యీ నిదానమును కనుగొనెను. పది సంవత్సరముల ప్రాయముననే వీరీ నిదానమును కనుగొనుట సంభవించినది.

ఒకరోజున తోటలో ఆడుకొనుచు ఒక గ్రుడ్లగూబను పట్టుకొనెను. ఆ గ్రుడ్లగూబ పట్టు విడిపించుకొని పోవుటకు ప్రయత్నించెను. ఈ పిల్లవాడు దానిని గట్టిగా పట్టుకొనెను. విదిలించుకొనిపోవుటకు ఆపక్షి ప్రయత్నము చేయుచుండగా దాని కాలు విరిగెను. కాలు విరగగానే కనీనికలోని క్రిందిభాగములో నల్లటి మచ్చ కనబడెను. ఈ నల్లమచ్చ కనబడగనే ఆ పిల్లవానికి ఆశ్చర్యము కలిగెను. ఆ విరిగిన కాలును కట్టుకట్టి నయము చేసెను. నయమగు కాలములో కనీనికలో కనబడిన నల్లటి మచ్చ మీద తెల్లగీతలు కనబడెను. నయముకాగానే నల్లటి మచ్చ లోపించెను. కనీనిక యొక్క మామూలు రంగు తిరిగివచ్చెను.

అదివరకల్లా తెల్లగా నున్న భాగము కాలు విరగగనే నల్లబడుట ఆ పిల్లవానికి వింతగా తోచెను. ఈ మార్పునకు కారణ మేమని తీవ్రముగా ఆలోచించ సాగెను. ఎంత ఆలోచించినను కారణము దొరకక దయ్యెను. కారణము కనపడని కొలదిని పిల్లవాని ఉత్సాహము అధికము కాసాగెను. దీని పుట్టుపూర్వోత్తరములును, కాలు విరగగనే కంటిలో నల్లమచ్చ కనుబడుటకును గల సంబంధము తెలుసుకొనుటకే తన జీవితమును వినియోగించదలచెను. ఈ విషయములో యీ మహానుభావుడు కొంత వరకు

అయ్యెను.

ఈ హంశమును బట్టి దేహమునకు హాని కలిగించు విజాతీయమైన ఘట్టములు కంటిలో నల్లగా కనబడు నని మొట్టమొదటగా ఈ మహాశయుడు ఊహించెను.

1848 వ సంవత్సరములో జరిగిన హంగరీ దేశపు జాతీయవిప్లవములో యీ పిల్లవాడు పాల్గొనెను. అందువలన ప్రభుత్వమువారు నిర్బంధించిరి. కారాగారములో నుంచిరి.

జైలులో నున్న కాల మంతా యీ విషయమును గూర్చియే విచారించుచుండెను. ఈ క్రొత్త విషయమును వ్యాప్తిలోనికి తెచ్చుటకు కృతనిశ్చయు డయ్యెను. జైలులో నుండి బయటకురాగానే, తాను కనుగొనినవిషయము యొక్క నిజానిజములను తెలిసికొనుటకు వైద్యశాస్త్రము అవసర మని తలంచి వైద్యశాస్త్రమును చదివెను. శస్త్రవైద్యమునందు అభిమానము చూపుచూవచ్చెను. శస్త్రవైద్యము నభ్యసించి నంతవరకును తాను కనుగొనిన క్రొత్తవిషయమును గూర్చి పరిశోధించుచునే ఉండెను.

ఆపరేషను జరుగకపూర్వము రోగుల కనీనికలను పరీక్షించుచుండెడివాడు. మత్తుమందుల నిచ్చి ఆపరేషను చేసిన తదుపరి రోగుల కనీనికలను పరీక్షించుచుండెడివాడు. ఏ అవయవమును తొలగించిన కనీనికలో యేభాగములో యే రకమైన మచ్చ కనుబడునదీ చూచెడివాడు.

ప్రమాదవశమున దెబ్బలు తగిలినపుడు, అవయవముల తెలుపు కనీనికలోని భాగములో కనుపడుగుర్తులను చూచుచుండెడివాడు. ప్రమాదవశమున కల్గిన దెబ్బలకు కనీనికలో అవయవముల తెల్పు భాగములో కనుబడు చిహ్నములకును, మత్తుమందుల నిచ్చి అవయవముల తొలగించినపుడు కనీనికలో కనుబడు చిహ్నములకును గల తేడాలను చూచుచుండెడివాడు. ఈ హంశము అందరి కళ్లలోనూ ఒకటిగా నున్నదీ లేనిదీ సరి చూచుచుండెడివాడు.

ఈ క్రొత్త విషయమును కనుగొని, దానికి సంబంధించిన కనీనికాపటమును తయారు చేసిన తరువాత ప్రపంచములోని అన్ని దేశములవారికిని యీ శాస్త్రమందు అభిరుచి కలిగెను.

తరువాత అమెరికా, ఆస్ట్రియా, స్వీడను, జర్మనీ దేశములలో యీ శాస్త్రమును గూర్చిన పరిశోధనలు పెక్కు జరిగెను. ఆయా దేశస్థులు చాలామంది తమజీవితముల యీ క్రొత్తశాస్త్ర వ్యాప్తికై వినియోగించిరి. వీరి పరిశోధనల ఫలితముగనే యీశాస్త్రము ప్రత్యక్షశాస్త్రములలో నొకటై ప్రకృతి వైద్యనిదానములలో కెల్లముఖ్యమై అగ్రతాంబూలమును తీసికొన్నది. ఈ నిదానమునుగూర్చి పరిశోధనలు జరిపినవారిలో యీక్రిందివారు ముఖ్యులు.

లైల్జిక్విస్టు : వీరు స్వీడను దేశస్థులు. మతప్రచారకులు. కనీనికానిదానమును గూర్చి పెక్కు పరిశోధనలు చేసిరి. తమ జీవితము నంతను యీ శాస్త్రపరిశోధనలకే వినియోగించిరి. తమపరిశోధనల ఫలితముగా ఫలానిమందులు, ఫలాని అవయవములలో ఫలాని రంగులతో, కనబడునని చెప్పిరి. వీరు చిన్నతనములో క్వైనాను యెక్కువగా సేవించిరి. ఈ క్వైనా ఫలితముగా పెక్కు బాధల ననుభవించిరి. తాము ప్రత్యక్షముగా బాధల ననుభవించుటచేత క్వైనా యేరంగుతో యే అవయవములో కనబడునదియు చెప్పగలిగిరి. పాదరసము, పాషాణము, అయోడిన్, బ్రోమిన్, యేయే రంగులతో యే అవయవములలో, కనబడునదియు తెలియచెప్పిరి.

డాక్టరు థీలు: పాస్టరు ఫెల్కె : వీరుఉభయులు జర్మనీ దేశస్థులు. కనీనికానిదానమును గూర్చి పెక్కు పరిశోధనలు చేసిరి. ప్రకృతిచికిత్సకులై తమజీవితము నంతను గడపిరి.

హెన్రీ లాహన్, యమ్, డి.: వీరు అమెరికా దేశస్థులు. కనీనికానిదానమును గూర్చి వీరే మొట్టమొదటగా ఆంగ్లమున ఉద్గ్రంథమును రచించిరి. ఇంతవరకూ వెలువడిన గ్రంథములలో కెల్ల యీ గ్రంథమే గొప్పది. ఈనిదానమును ఇంత శాస్త్రసమ్మతముగా చెప్పు గ్రంథము మరొకటి లేదు.

మందు వైద్యమువారు మిగిలిన నిదానముల కొద్దిగనో, గొప్పగనో, ఒప్పుకొందురు గాని యీ నిదాన మనిన మరింత మండిపడుదురు.

ఎందు కనిన, యీ నిదానమును ఒప్పుకొనిన యెడల, తమ సిద్ధాంతము లన్నియు తారు మారగును. మందువైద్య మంతా నామ రూపములు లేకుండా పోవును. ఇన్నిమందు లతోగాని, ఇన్ని ఆపరేషనులతోగాని అవస రమే లేదు. కాస్తకూ, కూస్తకూ మందుల నిచ్చి తరుణ రోగముల నణచి పెట్టుటచేతనే కాలిక రోగములుగా ప్రత్యక్షమగుచున్న వను విషయమును నిదర్శన పూర్వకముగా తెలుపును. యుక్తాయుక్తవిచక్షణ లేకుండా ఆపరేషనుల చేయుట చేతనే మానవకోటి కాలికరోగములతో బాధపడి అకాల మృత్యువువాత బడుచున్నారను విషయమును నిదర్శనములతో చాటును.

కాస్తకూ, కూస్తకూ ఆపరేషను జేసి ధనము సంపాదించుటకు వీలుపడదు గాన మందు వైద్యులు యీ నిదానమును ఒప్పుకొనరు. తిట్టి, దుమ్మెత్తిపోయుదురు. తమ వైద్య శాస్త్రమున కంతకూ మూలమైన సూక్ష్మ జీవిసిద్ధాంతము నామరూపములు లేకుండా మాయమగునని మరింత భయపడుదురు. తమ దొంగతన మంతా బైటపడును గాన అసలే ఒప్పుకొనరు.

మిగిలిన సంగతు లన్నీ యెట్లా ఉన్నా యీ క్రిందివిషయములను మాత్రము అన్ని వైద్య ములవారునూ యేకగ్రీవముగా ఒప్పుకొనక తప్పదు.

కంటిని చూచి మనస్సు యెంత నిర్మలముగా నున్నది చెప్పగలము. కంటివలన మనస్సు యొక్క నిర్మలత్వమే గాక దేహములోని అంతరవయవముల స్థితిని చెప్పగలము.

ప్రతి అవయవమునకును, కనీనికలో ప్రతినిధి స్థానము గలదు. ఒక అవయవములో యే లోపము వచ్చినా ఆ అవయవమునకు సంబం ధించిన కనీనికాభాగములోని రంగులో మార్పు కనబడును.

సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమైన నాడులు కనీనికలో చాలాగలవు. ఈ నాడులతో దృఙ్నాడులకును కశేరుకనుండి బయలుదేరు రెండుజతల నాడు లకును సంబంధ మున్నది. దేహములో మూల ములలల నున్న నాడులన్నియు కశేరుక నుండి బయలుదేరిన రెండుజతల నాడుల శాఖోప శాఖలే. అందువలన దేహములోని యే మూల నాడులలో నైనా చలనము కల్గిన కనీనికలోని అంతర్నాడులలో ప్రతిచలనము కల్గును. కనీనికలో నాడులు, కండరములు, రక్తవాహి కలు గలవు. దేహములోని నాడులకును కనీనిక లోని నాడులకు సామరస్యము గలదు. దేహము లోనికండరములకును కనీనికలోని కండరముల కును సామరస్యము గలదు. దేహములోని రక్త వాహికలకును కనీనికలోని రక్తవాహికల కును సామరస్యము గలదు. ఇట్లు సామరస్య ముండుటవలన దేహములోని ప్రతిచిన్న మార్పూ కనీనికలో కాన నగును.

మూలగీతలద్వారాను, నిలువుగీతలద్వారాను, రంగుల ద్వారాను, దేహములోని రోగపరిప ణతలను, వంశానుగతముగా వచ్చిన రోగ చిహ్నములను కనీనికలో ప్రకృతి మనకు తెలియచేయును.

రంగులలోని మార్పువలన దేహములోని తరుణ, కాలికరోగములను మనము గుర్తించ గలము. గీతల స్థితినిబట్టి (అనగా positionను

బట్టి) దేహములోని అవయవములు ప్రమాదమువలన పోయినవో లేక మత్తుమందు నిచ్చి ఆపరేషను చేయుటచే లోపించినవో తెలిసికొనవచ్చును.

వంశానుగతముగా వచ్చిన రోగ ప్రవణతల వలననూ, దేహమునకు విజాతీయమైన రోగ పదార్థము దేహములో పేరుకొనుటచేతనే, తరుణరోగములు వచ్చుచున్నవని కొన్ని వందల సంవత్సరముల క్రితమే హోమోపతి వైద్యశాస్త్రపితామహులు డగు హానిమన్ మహాశయుడు చెప్పెను. పై సిద్ధాంతములోని సత్యమును యీ కనీనికానిదానము నిర్ధారణ చేయుచున్నది.

ఈనిదానమువలన మానవునియొక్క (General health) సామాన్య ఆరోగ్యము సరిగా నుండునదీ, లేనిదీ, తెలిసికొనగలము. అంతరవయవములలోని కొన్ని మార్పులు కూడా మనకు తెలియనగును. చికిత్సాకాలములో యెన్ని స్వాస్థ్యసంకటములు కల్గునదీ చెప్పగలము.

రాబోవు ఆపదలను కనీనికను చూచి ముందుగనే చెప్పగలము. ప్రకృతిసూత్రములకు అనుగుణముగా జీవించినయెడల యీ ఆపదలు యెంతవరకు తొలగునదీ తెలిసికొనగలను.

నియమములకు అనుగుణముగా జీవించుటవలన రోగపదార్థము యే బహిష్కార్యవయవముల ద్వారా, యెంత, బయటకు వెడలునదియు కనీనిక రంగును చూచి చెప్పగలము. రోగపదార్థము పూర్తిగా బయటకు పోయిన యెడల కనీనికయొక్క మొదటి (అసలు) రంగు వచ్చును. క్రొత్తగా వచ్చిన రంగు మాయ మగును.

ఈ పై విషయముల నన్నిటినీ తెలిసికొనుటకు యీ నిదానము బాగుగా ఉపయోగపడును.

అంతర్వ్రిణము

సత్యమ్

క్రీస్తుకు పూర్వము 1500 సంవత్సరములో వైద్యశాస్త్రపితామహు డగు హిపోక్రిటీసు అంతర్వ్రణముల కుదుర్చుటలో చెప్పిన విధానమే ఆధునికశస్త్రచికిత్సకన్న వేయిరెట్లు బాగున్నది. ఆ మహామహుడు 3500 సంవత్సరములక్రితమే దేహమంతా రోగ భూయిష్ఠమైతేగాని అంతర్వ్రణములు పుట్టవని చెప్పినాడు. అంతర్వ్రణముల బారినుండి తప్పించుకొనవలె నంటే ఆకుకూరలను బాగా తినుమని

మందులషాపులతోను, సూదులతోను ప్రజలను రోగములకు గురికాకుండా కాపాడుచున్నామని ప్రభుత్వములు యెంత ప్రచారము చేయుచున్నప్పటికిని అంతర్వ్రిణములనుండి చావులు యెక్కువగుచునే ఉన్నవి. ఒక్క దేశములో గూడా చావురేటు తగ్గుటలేదు. మానవుల జీవితముల పొడిగించుటకు మందుశాస్త్రము, ప్రభుత్వము, వంతులు పడి యెంత ప్రియత్నము చేయుచున్నను యీ ప్రియత్నముల సఫలము గానీక అంతర్వ్రణము ప్రిజల తన పొట్టపెట్టుకొనుచున్నది.

నూరు, నూటయేబది సంవత్సరముల నుండి అంతర్వ్రణముల పుట్టు పూర్వోత్తరముల తెలిసికొనుటకు చాలా పరిశోధనలు జరిపారు. ఈపరిశోధనల ఫలితముగా యేమి తేల్చుకొన్నారంటే— అంతర్వ్రణములు దేహములోని ఒకభాగమునకు మాత్రిమే సంబంధించినవి గావు. దేహము మొత్తమునకును అంతర్వ్రిణములకును సంబంధము గలదు. జంతువులమీద చేసిన పరిశోధనలకును, మానవుల తత్వములకును సరిపడుటలేదు. దేహములోని రక్తమంతా విష తుల్యము గాకుండు మార్గము ప్రిజలకు నచ్చచెప్పక పోవుట విచిత్రిము. ప్రిభుత్వములు యీ ముఖ్యసమస్యనుగూర్చి మూకీభావము వహించుట ఆశ్చర్యకరము.

మందులతో అంతర్వ్రణములు నయము కావని తేల్చుకొని ఆహారవిహారములలోని మార్పుల వలననే చాలామంది ఆయా రోగములను కుదుర్చుకొన్నారు. మందువైద్యులును ప్రభుత్వములును ఒకటైనారు గనుక ఆహారవిహారములతోనే అంతర్వ్రిణములు నయమగునని చెప్పినవారిని కొఱతన వేతురు. ఏ పత్రికయు, యే సంస్థగాని మందువైద్యమునుగూర్చి అసమ్మతి తెల్పరాదు. నోరెత్తిరా అంటే శిక్షలకును, జరిమానాలకును గురి యగుదురు. మందు వైద్యుల అధికారము లేనిది రేడియో వారు ఆరోగ్యమునుగూర్చి మాటలాడుటకు వీలు లేదు.

మందు వైద్యులు చెప్పునదే మామూలుప్రజ అంతా వేదవాక్యముగా నమ్మవలెను. మహాదాత లనిపేరుపెట్టుకొన్న కార్నిజీ, రాక్ఫెల్లరు మొదలగువా రందఱును అమూల్యమైన తమ ధనము నంతను, నోరులేని పశువులను చంపుటకును, వాటినుండి చీముతో మానవకోటిని క్షయ, పిచ్చి, పాండువు, అతిమూత్రము, మధుమేహము మొదలగు కాలిక రోగములతో బాధ పెట్టుటకు వెచ్చించు

చున్నారు. పరిశోధనల పేరుతో ప
ములు యెంత ధనమును సముద్రములో పోయుచున్నదీ చెప్పలేము.

గత నూటయేబది సంవత్సరములనుండీ పరిశోధకులు మానవ దేహములో పుట్టిన అంతర్వ్రణములను జంతు దేహములలో చొప్పింప చూచు చున్నారు. ఎంత ప్రయత్నము చేసి నప్పటికినీ జంతువులలో అంతర్వ్రణములు పుట్టి వృద్ధి పొందుటలేదు. దేహ మంతటిలోను కన్నా చాలా సున్నితమైన భాగము. జంతువులలోని యీభాగములోకూడా అంతర్వ్రణముల చీమును చొప్పించినారు. ఇట్లు ప్రవేశ పెట్టినప్పటికిని అంతర్వ్రణములు వృద్ధిపొంద లేదు. అంతర్వ్రణముల పుట్టు పూర్వోత్తరముల గూర్చి పెక్కు పరిశోధనలు జరిపిన డాక్టరు బెల్‌గారు యీ విధముగా సెలవిచ్చారు. "మానవ దేహములో పుట్టిన అంతర్వ్రణములను జంతువుల దేహములో చొప్పింప చేయుటకు మనము చేసిన ప్రయత్నము లన్నియు వ్యర్థమైనవి."

ముఖమునకు రాచుకొను ఫేసు పౌడరులవలన చర్మమంతయు నల్లపడు నను విషయము మందు వైద్యపత్రిక లన్నియు ఒప్పుకొన్నాయి. జంతువులమీద జరుపు పరిశోధన లన్నియు జీతములు తీసికొను పరిశోధకులు బ్రతుకుట కే ఉపయోగ పడుచున్నవి. శాస్త్రాభివృద్ధికిని, మానవకోటి బాధలు తగ్గుటకును యేమియు సాయపడుటలేదు.

రాక్‌ఫెల్లరు యిన్‌స్టిట్యూట్‌కు అధ్యక్షుడుగా నున్న డాక్టరుగారే 1907 సంవత్సరములో ఆల్బనీలో జరిగిన సామాన్యసభాసమావేశములో యీక్రిందివిధముగా సెలవిచ్చారు. "పరిశోధనలు జరుపుటకన్న మరొకపని నాకు తెలియదు. జంతువులమీద పరిశోధనలు జరుపరాదు, అను ఆర్డరు (లా) వ్రాసయితే నా పొట్టకు తిండిలేదు."

మామూలుగా జరుగు ఆహారవిహారములవల ననే అంతర్వ్రణములు నయ మగునని ప్రకృతి చికిత్సకులు చెప్పుచున్నారు గాన వీరిని కొలత సవేయించుచున్నారు. పిచ్చివారని మందు వైద్యులు ప్రచారము చేయుచున్నారు.

అంతర్వ్రణములకు తా మిచ్చుమందులన్నియు నిరుపయోగ మని చెప్పినందుననే అమెరికన్ వైద్యసంఘమువారు డాక్టరు డంకన్‌బల్కులీ గారిని బహిష్కరించారు. న్యూయార్కులోని చర్మమునకు సంబంధించిన ఆసుపత్రిలో వీరు ప్రధాన అధ్యాపకులు. శస్త్రములతో అవసరము లేకనే అంతర్వ్రణముల కుదర్చవచ్చునని సోదాహరణముగా తెల్పుచూ వీరు ఉద్గ్రంథమును రచించిరి. మామూలు మార్గముల ద్వారా అంతర్వ్రణముల కుదుర్చుటకు ఒక సంఘమును స్థాపించి చాలా కృషిచేసిరి. ఈ పనికి అమెరికన్ వైద్యసంఘము వారు కోపించి ఆ ఉద్యోగమునుండి వీరిని తొలగించిరి.

మందు వైద్యమువారి మందులన్నియు తప్పని ప్రచారము చేసినందుకు ప్రభుత్వమువారి ఆగ్రహమునకు గురియైనవారిలో డాక్టరు నార్మన్ బేకరుగారు మరొకరు. ప్రభుత్వము వారు వీరిని 1940 సం॥ రములో శిక్షించారు. వీరు చెప్పిన మార్గములతో నయము చేసి కొన్నవారు ప్రపంచములోని అన్ని దేశముల లోను గలరు. ఇట్లు చికిత్స పొందినవారు

1200 మంది డాక్టరుగారి చికిత్సాప్రక్రియలు ఉత్తమోత్తమము లని సాక్ష్యమిచ్చారు. ఇంత సాక్ష్యమున్నప్పటికిని వినక ప్రభుత్వము వారు వీరిని శిక్షించారు ఇటువంటివి అసంఖ్యాకములైన నిదర్శనములు గలవు.

'Facing the horrors of a tumbling civili. zation, it seems past belief that cruelty is still taught in Schools and Colleges. It may be true that a self indulgent world whose feelings have not been awakened and disciplined by education may be unwilling to do that, which is necessary to overcome cancer, but it is our duty to humanity to present the facts".

నాగరికతవలన ఫలితముల ననుభవిస్తూకూడా (పాశ్చాత్య) నాగరికతను వదల లేకున్నాము. విద్యాలయములలో మానవుల ఉన్నతికి అవసరమగు విద్యను నేర్పుచున్నా రనుకొనుట పొరపాటు. హింసాపూర్వకమైన విద్యనే నేర్పుచున్నారు. విద్యవలన సరియైన ఉపయోగము కల్గుటలేదు. అంతర్వ్రణముల నాశనము చేయుటకు అవసరమగు విద్యను క్రమశిక్షణను యీ విద్యాలయములు చెప్పక పోవుగాక! మందులవలన మానవకోటికి యెంత అపకారము జరుగుచున్నదీ జనసామాన్యమునకు తెలియచెప్పుట మన ధర్మముగాన యథాతథాగా చెప్పకతప్పదు.





ఆయుర్వేద పద్ధతి మూత్ర పరీక్ష

డాక్టరు యస్. శ్రీహరినాయుడు, ఆయుర్వేదనిలయం, సోమరాజుపల్లె

మూత్రపరీక్షవలన రోగలక్షణములు చక్కగా తెలియును గనుక వేకువజామున నాలుగు గడియల ప్రొద్దుండగనే వైద్యుడు రోగిని నిదురనుండి లేపి మూత్రమును పరిశుభ్రమైన సీసాలోనికి పట్టించవలెను. మూత్రమును పట్టునప్పుడు ఆద్యంతధారలను వదలి మధ్యధారను మాత్రమే సీసాలోనికి పట్టి పరీక్షింపవలెను. అటుల పరీక్షించిన పిమ్మట రోగముయొక్క కారణములను బాగుగా గుర్తించి చికిత్సింపవలెను. అందు వాతరోగమునందు మూత్రము తెల్లగను, పిత్తరోగమునందు రక్తవర్ణముగను, కఫరోగమునందు నురుగుగలదిగను, ద్వంద్వరోగములయందు మిశ్రవర్ణముగను, సన్నిపాతరోగమునందు నల్లగనుండును. రోగియొక్క మూత్రమును, శాస్త్రోక్తముగా పరీక్షించి తెలిసికొనుటకు తృణముచే తైలబిందువును మూత్రమునందు చెదరకుండు నటుల లాఘవముగ వేయవలెను. అటుల వేయబడిన తైలబిందువు తత్క్షణమున అంతటను వ్యాపించినచో రోగము సుఖసాధ్యమనియు అట్లు వ్యాపించక వేసినచోటనే బిందురూపముగ నిలచిన యెడల కష్టసాధ్యమనియు తైలబిందువు మునిగి మూత్రమున కధోభాగమున జేరిన యెడల అసాధ్యమనియు నాగార్జునుడు పరీక్షించి నిర్ణయించెను. మూత్రము వాతప్రకోపమువలన నల్లగను రూక్షముగను పిత్తరోగమునందు పసుపు కలసిన యెరుపురంగు గలదిగను తైలముతో సమానముగ నుండును. కఫరోగమునందు జిడ్డుగను, బురద నీటివలెను, రక్తప్రకోపమునందు స్నిగ్ధముగను, రక్తవర్ణము గలదిగను, వెచ్చగ నుండును.

అజీర్ణరోగము గలవానికి మూత్రము మాదీఫలము రసమువలెను, సౌపీరమువలెను, నీటివలెను, చందనోదకమువలెను, బియ్యపు కడుగు నీటివలెను తరుణ జ్వరమునందు ధూమ్రవర్ణము గలిగి అధికముగ వెడలును. వాతపిత్త ద్వంద్వములయందు మూత్రము పొగరంగు కలిగి నీటివలె వెచ్చగను వాతశ్లేష్మములయందు తెల్లగను నురుగుగలదిగను శ్లేష్మపిత్తములయందు కలుష వర్ణముగను యెర్రగను జీర్ణజ్వరమునందు పసుపు రక్తవర్ణముగను సన్నిపాత రోగమునం దనేకవర్ణములు గలదిగను వుండును. మూత్రమునందు వేయబడిన తైలబిందువు తూర్పు దిక్కునకు వ్యాపించిన శీఘ్రముగ నారోగ్యమును దక్షిణపు దిక్కు వ్యాపించినచో రోగి జ్వరితుడనియు, క్రమముగా నారోగ్యము కలుగుననియు, ఉత్తరపుదిక్కున వ్యాపించినచో వ్యాధి కుదిరినదనియును పడమటి దిక్కునకు వ్యాపించినచో ఆరోగ్యము గలుగుననియు, ఆగ్నేయ యీశాన్యములకు వ్యాపించినచో ఒకమాసములోపల రోగి మృతి జెందుననియు, నైరృతి దిశయందు వ్యాపించి మధ్య ఛిద్రములు గలదిగ నగునేని నిశ్చయముగ రోగి మరణించుననియు, వాయవ్యమూలకు వ్యాపించినచో అమృతపాన మొనర్చినను రోగి జీవింపనేరడని తెలియవలెను. మూత్రమునందు వేయబడిన

తైలబిందువు నాగలి, తాబేలు, దున్నపోతు, కరండము (బరిణె), మండలము, శిరస్సులేని మనుష్యాకృతి, శరీరావయవములలో నేదేని నొక అవయవము, శస్త్రము, ఖడ్గము, రోకలి, పట్టిసము, బాణము, దుడ్డుగర్ర, మూడు లేక నాలుగు త్రోవలు కలియుచోటు-వీని యాకారములు గలిగియుండెనేని యా రోగిని చికిత్స యందు వర్జింపవలెను.

మూత్రమున వేయబడిన తైలబిందువు హంస, నీటికోడి, చెరువు, కమలము, యేనుగు, చామరము, ఛత్రతోరణములు, మేడ, అను వీని యాకారమువంటి యాకారము గలిగియుండెనేని ఆరోగ్యము తప్పక గలుగునని తెలిసికొని చికిత్స నొనగవలెను. మరియు తైలబిందువు జల్లెడవలె రంధ్రయుక్తముగ నుండెనేని అట్టి రోగము వంశక్రమాగత మైనదనియు, ప్రేతదోష మనియు, మనుష్యాకృతిగాని రెండు తలలుగా నేర్పడినచో భూతదోష మని తెలిసికొని చికిత్సింపవలెను. మంజిష్ఠవలె ఎర్రగను, ధూమ్రవర్ణముగను, జిడ్డుగను, నీటివలెను, చల్లగనుండు రోగిమూత్రమును చూచి దోషనిర్ణయము చేసి వ్యాధిని తెలిసికొని చికిత్సింపవలెను.

మూత్రమునందు వేయబడిన తైలబిందువు వాతరోగమునందు సర్పాకారముగను, పిత్తరోగమునందు ఛత్రాకారముగను, కఫరోగమునందు ముత్యములవంటి యాకారము గలిగి యుండును.

మలపరీక్ష

మలము వాతరోగమునందు గట్టిగను శుష్కముగను, పిత్తరోగమునందు వర్ణముగను కఫరోగమునందు తెల్లగను, సన్నిపాత రోగమునందు త్రిదోషలక్షణములు గలదిగ నుండును.

వాతప్రకోపముచే మలము పెంటికలుగను, నురుగుగను, రూక్షముగను, ధూమ్రవర్ణముగను, వాతశ్లేష్మరోగములయందు కపిశవర్ణముగను, పిత్తవాత వికారమునందు బద్ధముగను, పెంటికలుగను, పసుపుగలసిన నలుపురంగు గలదిగను, పిత్తశ్లేష్మరోగములయందు పీతశ్వేత వర్ణముగను, కొంచెము చిక్కగను, జిగురుగను, సన్నిపాతమునందు మలము నల్లగ పెంటికలుగను, పీతవర్ణముగను, బద్ధముగను, తెల్లగ నుండును. మలము దుర్గంధము గలిగి శీతలముగను (లేక) శిథిలముగను వెడలుచుండినచో అజీర్ణరోగమని చెప్పబడును. కపిలవర్ణముగను పెంటికలు వెడలుచుండినచో క్షీణమలలక్షణము లని చెప్పంబడును.

జలోదరవ్యాధియందు మలము తెల్లగను మిక్కిలి దుర్గంధయుక్తముగ నుండును. క్షయరోగమునందు మలము నల్లగను ఆమవాతమునందు కటివేదన గలిగించునదిగను పచ్చగ వెడలును.

మలము మిక్కిలి నల్లగాగాని తెల్లగాగాని పచ్చగగాని యెర్రగగాని వెడలుచుండిన యెడల మరణము గలుగును. మరియు మలము మిక్కిలి వెచ్చగ వెడలుచుండినను తప్పక రోగి జీవించడు.

వాతరోగమునందు మలము నల్లగను పిత్తరోగమునందు యెరుపు, పచ్చగను, కఫరోగమునందు తెల్లగను ఆమయుక్తముగను ద్వంద్వరోగముల యందు మిశ్రితవర్ణము గలదిగను అజీర్ణమునం దపక్వముగను వెడలును.

ఆరోగ్యవంతునికి మలము పక్వమైనదిగ నుండును.
తీక్ష్ణాగ్నిగల రోగి మలము పిప్పిగను శుష్కముగను మందాగ్ని గల వానికి ద్రవముగను దుర్గంధయుక్తముగను చంద్రికాయుక్తముగ నుండెనేని అట్టిరోగ మసాధ్యము.

జిహ్వా పరీక్ష

వాతాధిక్యమునందు నాలుక చల్లగను,గఱుకుగను, పగుళ్ళు గలదిగను, పిత్తాధిక్యమునందు యెర్రగను, శ్యామవర్ణముగను, కఫాధిక్యమునందు తెల్లగను మిక్కిలి జిగటగను ద్వంద్వరోగములయందు మిశ్రలక్షణములు గలదిగను సన్నిపాతమునందు పై లక్షణము లేవియును లేక నల్లగను ముండ్లుగలదిగను చెమ్మలేక యెండిపోయినదిగ నుండును.

శబ్ద పరీక్ష

శ్లేష్మరోగి గురుస్వభావము గలవాడును, పిత్తరోగి స్ఫుటమైన స్వరము గలవాడును, వాతరోగి పై రెండు లక్షణములు లేక హీనస్వరము గలవాడుగను నుండును.

స్పర్శ పరీక్ష

పిత్తరోగి శరీరము ఉష్ణస్పర్శముగను వాతరోగి శరీరము శీతలముగను, శ్లేష్మరోగి శరీరము తడిగ నుండునని స్పర్శముచే తెలిసికొనవలెను.

దృక్పరీక్ష

వాతరోగియొక్క నేత్రములు రూక్షముగను, పొగరంగు గలవిగను,భయంకరముగను, చంచలముగను,లోపల మంటలు గలవిగ నుండును. పిత్తరోగముయొక్క నేత్రములు దీపము మొదలగువానిని వెలుతురు సహింపజాలక మంటలు గలిగి పచ్చగ నుండును. కఫరోగియొక్క నేత్రములు తేజోహీనములై జలముచే తడిసిన జిడ్డుగలిగి మందదృష్టి గలిగియు ద్వంద్వరోగములయందు నేత్రములు మిశ్రితలక్షణములు గలిగి చాంచల్యము గలవిగను సన్నిపాత నేత్రరోగమునందు నల్లగను వక్రముగను కునికిపాటు గలిగి మోహము గలవిగను భయంకరములై యెర్రగా నుండును. నేత్రరోగికి ఒకకన్ను భయంకరముగా నుండి రెండవకన్ను మూసుకొని పోయినచో ఆరోగికి 3 దినముల లోపుల మరణము గలుగును.

ఏరోగికి తటాలున నేత్రముల చూపు నశించి కొంచెము నల్లగ నగునో ఆరోగి తప్పక జీవించడు.ఏ రోగినేత్రములు యెరుపు కలసిన నలుపు రంగు గలిగి భయంకరముగ నగుపడునో ఆ రోగియును, జ్ఞానము తప్పి నేత్రములు రెప్పపాటు లేక భ్రమమువలన నల్లగుడ్డు వణకుచుండినను ఆ రోగి ఒక రాత్రిలోపల మృతి జెందును.

[ప్రకృతి వైద్యులకు యిందు పేర్కొనబడిన నిదానములు యేమైనా ఉపకరించునేమో చూచి వారి యనుభవములను వ్రాయగోరెదను.] సంపాదకుడు

ఆరోగ్యసదన తృతీయ వార్షికోత్సవము

పటమటలంక, బెజవాడ.

పటమటలంకలో మహర్షి శ్రీ సీతారామావధూతగారు స్థాపించిన ఆరోగ్యసదనము యొక్క తృతీయవార్షిక జయంత్యుత్సవము 1943 జనవరి 3వ తేదీని వాణిజ్యశిఖామణులున్ను, నిరతాన్నప్రదాతలు నగు శ్రీయుత చుండూరు వెంకటరెడ్డి, బి. ఏ. గారి అధ్యక్షతక్రింద మహావిజయవంతముగ జరుపబడెను. ఆరోగ్యసదనము బెజవాడ పురమున కించుక దూరమున నున్నను, ఉదయము 8 గంటలగుసరికి భారతదేశపు వివిధ ప్రాంతములనుండి ముఖ్యముగ ఆంధ్రదేశమునుండి పలువురు విచ్చేసిరి. ఉదయము 9 గంటలకు ఊరేగింపుతో నధ్యక్షునకు స్వాగత మివ్వబడెను. 10 గంటలకు "జ్ఞానాంబప్రార్థనమందిర"మందు శ్రీ గూడపాటి సత్యనారాయణగారు బ్రహ్మోపాసన గావించిరి. ఈశ్వరునకు మానవునకు గల సంబంధము కేవలము భౌతికసంపదనే కాక, మానసికాధ్యాత్మికసంపదల కూడ నభివృద్ధి చేసుకొనుటకు దేహారోగ్య మెట్లు ప్రధానస్థానమునందియున్నదియు విశదపరచిరి. తరువాత, ప్రకృతిపతాకోత్సవము జరుపబడెను. అహమ్మదాబాదువాస్తవ్యులు శ్రీ త్రిభువనదాస్ మోహన్‌లాల్‌గారు పతాకారోహణము గావించిరి. "జెండా మా సంస్థకు జీవన మోయీ, పవిత్రప్రకృతి మాతకే వందనమోయీ!" అను పతాకగీతికానంతరము అందరును జెండాకు నమస్కరించిరి. భారతీయ వైశ్యపత్రికాధిపతులు శ్రీ అన్నవరపు సుబ్బారాయగుప్తగారు పతాకచిహ్నమును గూర్చియు, పతాకోత్సవ ప్రాధాన్యమును గురించియు నుపన్యసించిరి.

పిమ్మట, యోగవ్యాయామ విద్యార్థిసింహ ప్రొఫెసర్ అవనిగడ్డ పాండురంగారావుగారు షట్క్రియలు, కొన్ని యోగక్రియలు ప్రదర్శించిరి.

అంత, 12 గంటలకు బారులు దీరి కూర్చున్న మహాజనులకు సహజసాత్విక ఫలాహార విందొసగబడెను. అందలి పదార్థసముదాయము కొబ్బరి, అరటి, జామ, నారింజ, టొమేటో, దోస, ఖర్జూర, వేరుశనగ, నానవేసిన గోధుమలు, పెసలు, శనగలు మొదలగునవి. విందు ముగిసినతోడనే కాళహస్తిహాస్తవ్యులు శ్రీ సీతారామ్‌గారు ఫిడేలుగానము కర్ణానందముగ గావించిరి.

2-30 గంటలకు యోగప్రవీణ డాక్టరు వల్లభుని నాగేశ్వరరావుగారు బి.ఏ. సదనవాసులకు యథావిధిగ జేయు పరిచర్యలలో పాదస్నానములు, విద్యుత్కాంతి స్నానములు, ఆతపస్నానములు మొదలగు కొన్ని ప్రకృతిచికిత్సలు ప్రదర్శనరూపముగ జేసిరి.

4-45 గంటలకు మహాజనుల ఛాయాచిత్రము తీయబడెను.

ప్రొఫెసర్ అవనిగడ్డ పాండురంగారావుగారు యోగాసనములు, సూర్య నమస్కారములు, వివిధకండర స్వాధీనత, చలనము, రోమన్

రింగ్సు, పేరలల్ బారు, చెడీ, బాణా, కత్తి సాము, సైకిల్ ఫీట్సు మొదలగు నత్యద్భుత వివిధయోగ వ్యాయామక్రీడల నొనర్చి సభ వారి మన్ననల నందిరి. సభవారు రంగారావు గారి యసాధారణ శక్తిసామర్థ్యముల కొని యాడుచు వారికి "యోగవ్యాయామసింహ" అను బిరుదము నొసంగిరి.

6 గంటలకు సభ ప్రారంభింప బడెను. సభా ప్రారంభమందు అధ్యక్షునకు సన్మాన పత్రము సమర్పింపబడెను. అంత మహర్షి శ్రీ సీతా రామావధూతగారు ఆరోగ్యసదన సాంవత్సరిక నివేదిక చదివిరి. అందలి ముఖ్యాంశము లిచట పొందుపరుపబడినవి. "నాకు ఆయుర్వేద వైద్యమందు 35 సంవత్సరముల యనుభవము గలదు. అయినప్పటికిని ఏండ్లు గడచుకొలది ప్రకృతి వైద్యమందు నాకు గల విశ్వాసము గాఢమగుచుండెను. ఆయుర్వేదప్రకృతివైద్యములకు గల వైరస్య సామరస్య పరిశీలనా జ్ఞానమే యందులకు కారణము. అట్టి ప్రబల విశ్వాస పరిణామమే మీరు చూచుచున్న ఆరోగ్యసదనము. గడచిన 13 సంవత్సరముల స్వయంకృషి ఫలమే యీ ఆరోగ్యమహా సదనము. గతవత్సరములో అనగా 1942 లో సదనపు దక్షిణభవనశ్రేణిలోని పెంకుటి వసారాలుడాబాగామార్చబడెను. ఉత్తరపు మేడలో ప్రార్థనమందిరము కీర్తిశేషురాలు శ్రీమతి జ్ఞానాంబగారి పేర నెలకొల్పబడును. సదనపు పడమటి భవనశ్రేణి నంటియున్న భూమిని 2½ ఎకరములు 4600 రూప్యములకు విలిచిరి. సదన దక్షిణశ్రేణినానియున్న యొక ఎకరా నేల P. W. D. వారు సదనమున కొసంగిరి. ఇపుడు క్షయ, కుష్ఠురోగులకు ప్రత్యేక వసతులతో భవనములు నిర్మించుచున్నది ఈప్రదేశమందే. మైలవరము మూడవరాణీగారగు శ్రీమతి శ్రీవరమంగయాంబాదేవిగారు యీ పుణ్య కార్యమునకై మూడుగదులు కట్టించుటకు వాగ్దానము చేసి, అందులకు వలయు కారు రాయి నయితము తోలించినారు. ఈవిధమున మాయీ వ్యాధిబాధితమానవసేవ కత్యంతా సక్తితో తోడ్పడిన దాతల కందరకు మా నిండు కృతజ్ఞతను తెల్పుచున్నాము. ఇంకను, ప్రకృతికళాశాల, యోగ వ్యాయామ మందిరము, గర్భిణీస్త్రీలకు ప్రత్యేక పరికరములు, వసతులుగల భవనములు, టెక్నికల్ స్కూలు (ఇవియన్నియు ప్రాకృతికవిధానము ననుసరించి యుండును.) మొదలగునవి నెలకొల్పు సంకల్పము కలదు. ఆ సంకల్పము తప్పక నెరవేరగలదను దృఢవిశ్వాసముగలదు. అందులకు వలయు నేర్పాట్లు అపుడే జరుగుచున్నవి. రోగుల కారోగ్యభాగ్య మొదవించుట తోడ నేను తృప్తిపడను. నేడు కాకున్న రేపైన నొక ప్రకృత మహాసంస్థ లోకసేవకై శాశ్వతముగ వినియోగపడునటుల స్థాపించిననాడే నాకు సంతృప్తి. అట్టి పనుల కన్నింటికిని ధన మత్యంతావశ్యకము. కాబట్టి, భారతదేశమందలి, ప్రధానముగ ఆంధ్రదేశము నందలి ప్రతివారును తమ శక్తికొలది అన్నివిధముల చేదోడువాదోడుగ సాయపడి, యీ మహాకైంకర్యమున కెంతేని ప్రోత్సాహ మొసంగి, దేశజనుల యారోగ్య సౌభాగ్యమునకు, సత్యమైన యీ ప్రకృతి వైద్యవిధానమునకు దోహదము గల్పింపగల రని మిగుల ప్రార్థించుచున్నాము."

ఈ ఆరోగ్యసదనము నిర్మింపబడిన తరువాత 1929 వ సంవత్సరము నుండి, నేటి వరకు నిచ్చట చికిత్సవలన కుదుర్చబడిన రోగముల సంఖ్య సంవత్సర క్రమమున నీ దిగువ నుదహరింపబడినది.

1929	1930	1931	1932	1933	1934	1935
136,	164,	211,	309,	285,	344,	374,

1936	1937	1938	1939	1940	1941	1942
314,	350,	411,	552,	565,	607,	729

నానాట పెరిగిపోవుచున్న క్షయరోగుల సంఖ్య సంవత్సర క్రమమున నీ దిగువ చూపఁబడినది.

1929	1930	1931	1932	1933	1934	1935
2,	6,	8,	18,	15,	19,	43,

1936	1937	1938	1939	1940	1941	1942
40,	62,	59,	80,	80,	81,	85,

కాకినాడ వాస్తవ్యులు పైడా వెంకటనారాయణ జమీందారుగారు మున్నగువారి దగ్గర నుండి మహర్షివారొనర్చిన మహాకైంకర్యము జయవంతముగ కొనసాగుగాక యని దేవుని ప్రార్థించుచు, వార్షికోత్సవము జయప్రదముగ సాగుగాక యని యాశీర్వదించుచు వ్రాసి పంపిన జాబులు, తంతివార్తలు సభయందు చదువబడెను. అంత డాక్టరు వాడపల్లి మురహరిరావుగారు, కాఫీ, టీ, బీడి, చుట్ట సిగరెట్టు, అమిత భోగలాలసత్వము మొదలగు దురభ్యాసముల గూర్చి యుపన్యసించుచు, అవి యేవిధముగ మానవుని శారీరక మానసిక పతనమునకు ముఖ్య కారణము లగుచున్నవో విశదపఱచిరి. శ్రీ తూనుగుంట్ల రామస్వామి గుప్త, బి.ఏ., బి. యల్., గారు ఆరోగ్యసూత్రము లేవిధముగ మతాచారములలో సమ్మిళితము చేయబడినదియు సోదాహరణముగ నుపన్యసించిరి. డాక్టరు కె. ఆదినారాయణ శర్మగారు మొదలగువారు ప్రకృతి వైద్యమునుగూర్చియు, ప్రాకృత జీవన విధానమును గూర్చియు విపులముగ నుపన్యసించిరి. మహర్షివారొనర్చిన యీ మహాకైంకర్యమును గూర్చియు, వారి సత్సంకల్పముల గురించియు, ముఖ్యముగ వారికున్న అసాధారణ కార్య దీక్షను గురించియు అధ్యక్షుడు కడుంగడు కొనియాడుచు, తమ యమూల్యోపన్యాసము నిచ్చిరి. మరియు, ఆంధ్రదేశమం దే గాక, యావద్భారత దేశమందును గల ప్రాకృత వైద్యాలయములలో నెల్ల నిదొక్కటే చిరతరయశస్సును చూరగొనుచు, ఆరోగ్య మహాసదనమై వ్యాధి బాధితులకు నిరుపమాన సేవచేయుచుండుట చూచి, ప్రతి ఆంధ్రుడును గర్వింపవలసిన మహాభాగ్యము. అట్టి యీ ఆరోగ్యసదనమునకు ప్రతిభారతీయుడు తన శక్తికొలది ధర్మ మొసంగుట తమ విధియై యున్నదనియు, "నేను కూడ నాశక్తికొలది ధర్మ మొసంగెదననియు వాగ్దానము చేసినారు.

అంత అభివందనములతో సభ ముగింపబడెను.

తుంటిలో క్షయ

శ్రీ పెద్ది నాగభూషణం

విచిత్రమైన యీ చరిత్ర పాఠకప్రపంచమునకు అందచేస్తే కొంతవరకు అంధకార బంధురమైన వైద్యప్రపంచమునకు విజ్ఞానోదయం కలుగునేమో అనే ఆశతో యీ చరిత్ర నివేదిస్తున్నాను. మా స్వస్థలం గుంటూరు జిల్లా, బాపట్ల తాలూకా, కట్టపాడు గ్రామం. నాకుమారునకు 10 సంవత్సరములు. చదువుకొనుచుండగా జ్వరం 102 డిగ్రీలతో ప్రారంభమైనది. 2 మాసములు స్వగ్రామంలోనే ఆయుర్వేదీయ వైద్యం చేయించినాము. తగ్గకపోగా కాలుతుంటి విపరీతంగా బాధచే నిలబడుటకు కూడా సావకాశం లేనందున గుంటూరు డాక్టరు పరుచూరి వీరయ్యగారి హాస్పటల్ ప్రవేశించితిమి. వారు యింజక్షనులు చేసిరి. ప్రయోజనం లేదు. అంతట వారే జనరల్ హాస్పటల్‌కు తీసుకొని వెళ్ళి యెక్సురే తీయించి తరువాత తుంటి యెముకలో క్షయ క్రిములు ప్రవేశించి యెముక తినుచున్నవని దీర్ఘకాలం చేసిన నయం కావచ్చుననియు చెప్పి తుంటికి పట్టీలు వగైరాలు వేసి యినుప తీగతో తుంటియెముక కదలకుండా కట్టి మంచంపై పరుండబెట్టినారు. ఈ విధంగా మంచంనుండి కదలకుండా 2 నెలలు ఆ పడక మీదనే యుంచి టానిక్కులు యింజక్షనులు వగైరా యిస్తూ యేమేమొ చేసినారుగాని దురదృష్టవశంచే వ్యాధి కుదరకపోగా బిడ్డ నీరసించి తెల్లగా పాలిపోవుటయేగాక కాలుబాధ క్రమేపి పెరుగుచుండెను. ఇట్టి స్థితిలో వారు యింకా 6 మాసములు మంచంనుండి కదులుటకు వీలుకాదనియు అంత పర్యంతం మంచం మీద ఉండవలెననియు చెప్పగా ప్రయోజనం లేదని కుర్రవాడిని తీసుకొని యింటికి చేరి విచారించగా అనేకమంది దీర్ఘరోగులు మర్రిపూడిలో వేగిరాజు కృష్ణంరాజుగారివల్ల కృతార్థులైరని తెలిసి వారి గ్రామం వెళ్ళితిమి. కాని వారు యిక్కడ ఆశ్రమం తీసివేసి పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా భీమవరంలో ఆశ్రమం స్థాపించినట్లు తెలుసుకొని దూరమని భయపడి మా ప్రాంతంలో యున్న తొట్టి వైద్యులకు చూపగా యీ వ్యాధి విషయంలో ప్రయోజనం లేదనియు తొట్టి చేయుటకు యితనికి రక్తం లేదనియు నిరుత్సాహపరచగా విధి లేక భీమవరం చేరితిమి. ఆశ్రమంలో షుమారు 70 మంది రోగులు. అందులో ఆ వ్యాధులు సామాన్యములా? క్షయ, కుష్టు, ఉబ్బసం, ప్రసూతిస్త్రీలు, రాచపుండ్లు, పిచ్చిరోగులు యీ విధమైనవి, యెక్కడ కుదురక ఆశవదలినవి. వారిని రోగుల పరిస్థితులను గురించి అడుగగా యిక్కడ నయం కాని వ్యాధిలేదని చల్లని వార్తలు చెప్పిరి. అంతట నేను, డాక్టరుగారు, రిటైర్డు కలెక్టరు రామకృష్ణ రాజుగారు ఒకచోట నుండగా వెళ్ళి మాబిడ్డను చూపెట్టగా వారు మమ్ములను ప్రశ్నింపకయే బిడ్డను చూచుటతోడనే తుంటి యెముకలో పుప్పి అనగా అస్థివ్రణ మనియు తప్పక వ్యాధి నయ మగుననియు అప్పటికి కాలు 3 అంగుళములు కురుచ అయినది- అదిమాత్రం పెరుగ దనియు బిడ్డ జీవించుటయేగాక పరుగెత్తుట, అన్ని పనులు చేసుకొనగలడు, కాలు అవుడు కాదు అని దివ్యదృష్టితో చూచిన

చందమున చెప్పగా మేము ఉప్పాంగి గుంటూరులో తీయించిన యక్సురే ఫోటో వారు వ్రాసి యిచ్చిన కాగితం డాక్టరురాజు గారికి యిచ్చినాము. అది కలెక్టరుగారు చూచి చదివి యిది క్షయ, అసాధ్యం, అనివ్రాసి యున్నది గాన యీ కేసు ప్రయోజనం లేదు, అనిమమ్ములను తిరిగి వెళ్లిపొమ్మని డాక్టరుగారిని యీ కేసు చేర్చుకోరాదని వారు గట్టిగా శాసించుటయే గాక డాక్టరు రాజుగారిని మీరు యీ కేసు చేర్చుకొన్న యీ ఆశ్రమానికి అపఖ్యాతి అనియు, యిది అసాధ్య మనియు చెప్పి మందలించిరిగాని, డాక్టరు కృష్ణంరాజుగారు భయం లేదు, వ్యాధి కుదర గలదన్నను వారు వినక మమ్ములను తొందర చేసి వెళ్లమనిరి. ఇది గాక భీమవరంలో డాక్టరులను పిలిపించి కలెక్టరుగారు మాబిడ్డను పరిశోధన చేయించి వారి సలహాతో యీ కుర్రవాడికి నయం కాదనియు యిందువల్ల ఆశ్రమానికి చెడ్డపేరు వచ్చుననియు చెప్పిరి. ఈ విధంగా 3 రోజులు గడచినది. ఇదిచూచి "ఔరా యెంతచేటు వచ్చినది! డాక్టరుగారు వ్యాధి కుదురునని చెప్పుచుండ యీ వృద్ధ కలెక్టరు మాపాలి యముని వలె దాపరించెనుగదా' యనియు యింతకు ఆయెక్సురే ఫోటోవారు వ్రాసియిచ్చిన కాగితములు చూపకున్న మాకు యీ గతి రాదు గదా! అమ్మ పెట్టనూ పెట్టదు, అడుక్కోని తినానివ్వదు అను సామెత నిజమైనదిగదా! వారు నయం చేయక పోగా వారి వ్రాతలు యక్సురే ఫోటోలు ముందు మార్గానికి కూడా అడ్డు వచ్చెగదా యనియు ఇక్కడ కూడా మరల యీ కలెక్టరుగారు పంతంపట్టి యింగ్లీషు డాక్టరు గారికి చూపి వారి సలహాతో మాకు చోటు దొరకుటకు సావకాశం యివ్వరైరి. ఎచ్చటకు వెళ్లినను యీ వ్యాధి కుదరదు అనువారే గాని యిక్కడ నయమగును అనుటయే గాక కాలు కుంటి కూడా ఉండదనే ఆశను యీ మహానుభావుడు కలిగించెనుగాని మా శనిదేవత మాకన్న ముందు ప్రత్యక్షమా యన్నట్టు ఆ వైద్యవిధానం అడ్డుతప్పలేదుగదా" యని విచారించి వెళ్లుదమని అనుకొనుచుండ డాక్టరు రాజుగారిని చూచి ఆఖరు సెలవు అడుగుటకు కూడా కలెక్టరుగారు డాక్టరుగారిని చూచుటకుకూడా అనుమతింపరైరి. అట్టి స్థితిలో రోజూ ఆశ్రమంలో సాయంత్రం 3 గంటలకు డాక్టరుగారు ఉపన్యాసం చెప్పుదురనియు అప్పుడు డాక్టరుగారి ఆఖరుదర్శనం చేయుదుమని ఆశతో యుంటిమి ఆ ఉపన్యాసంలో కలెక్టరుగారు ...కులు అందరు ఉండగా మా దీనవదనములను తిలకించిన డాక్టరుగారు తన సహజ గంభీరస్వరంతో ఆ వుపన్యాసంలోనే "వారు చాల దూరంనుండి వచ్చినారు. ఆ వ్యాధి తప్పక కుదురును. మీరు అనుమతింపకున్నను నేను భీమవరంలో వేరే యిల్లు తీసుకొని అందులో ఆ బాలుని ఉంచి చికిత్స చేతు"ననియు గట్టిగా చెప్పి ఉపన్యాసం ముగించిరి. ఎట్టకేలకు వృద్ధ సింహం శాంతించినది. ఆశ్రమంలో చేరితిమి. 15 రోజులకు బాగా గుణం కనుపించినది. 3 నెలలకు బిడ్డడు-లేచి నిలబడలేనివాడు - పరుగిడసాగెను. కాని అల్ప్యేవార్లగారి మోహారు వలె కాలు 3 అంగుళముల కురుచమాత్రం అలానేయున్నదిగాని యిప్పుడు మా బిడ్డడు సర్వాంగ సంపూర్ణబలసమన్వితుడై ప్రకాశించుచున్నాడు గాన నా మనవి యేమంటే

యిప్పుడు మాబిడ్డ నడుచుటయేకాక పరుగెత్తుట, దండెములు, బస్కీలు మొదలయిన క్రియలలో అసమానుడై ఆనందం కూర్చుచున్నాడు గాన ఆశోపహతులై భౌతికవాదులై ప్రత్యక్షమును తప్ప తెలుసుకొనలేని వైద్యవరుల యొక్కయు మెక్సురేల యొక్కయు అనిర్వార్ధణమైన చర్యలను నమ్మి చెడక ఆశావాదులై అతీంద్రియదృష్టి కలిగి త్రికాలవేదులైన మహనీయులచే ప్రకాశించిన మన భారతావని యింకను గొడ్డుపోలేదనియు మహర్షి ఆశ్రమములను స్మృతికిదెచ్చు ఆశ్రమములు కల వనియు మరువరాదు. అట్టి ఆశ్రమం ప్రస్తుతం భీమవరంనుండి ఆ జిల్లాలోనే తాడేపల్లిగూడెం తాలూకాలో కేశవరం అను చోట స్థాపితమై ప్రకాశించు చున్నదని తెలుసుకొనుడు.

గనేరియా వల్ల వరిబీర్జము, బోదకాలు:

కావలసిన సలహాలు.

నేను తమకు వ్రాసుకునే యీ చిన్నకోర్కెను తమరు విసుగులేకుండా చదివి తగిన సలహా ఒసంగ వలెనని ప్రార్థన.

నాకు ఇప్పుడు వయస్సు 20 వత్సరములు. ఇంకనూ పెండ్లి కాలేదు. పూర్వము 5 నం॥ ముందు నేను మరియొక స్నేహితునితో కలిసి ఒక వ్యభిచారిణి దగ్గరకు వెళ్లినాము. డాఫరు కుర్రవాడు ఏమీ జబ్బులు లేవంటేనే వెళ్లినాము. (ఇద్దరం ఒకదానితోనే సంయోగము చేసితిమి.) తర్వాత నాకు రెండుమూడురోజులలో మూత్రము వెంబడి ఒకవిధమగు రంగు గలిగిన వీర్యము పలుచగా కారుచుండెడిది. మూత్రము వస్తే మూత్రము చెప్పలేని బాధగా నుండెడిది. ఇట్లది ఒక వారమురోజుల వరకు చాలా తీవ్రముగా నుండెను. అప్పుడు నేను చదువుకొను చుండుటచే ఎవ్వరితోను—తిడుదురనే భయముతో—చెప్పలేదు. ఇట్లది క్రమేణా తగ్గుచు కుడివైపుననున్న బీర్జము (right side testicle) వాచినది. అది మామూలు బీర్జము వలె గాక కొంచెము పెద్దదిగానుండెను. అది క్రమేణా బాధ తగ్గుచు బీర్జము కొంచెము పెద్దదై గట్టిపడి అట్లానే నిలిచిపోయెను. ఆ బీర్జము ఇప్పుడు ఎడమవైపు దానికంటె 3 రెట్లు పెద్దదిగాను, చాల బరువుగాను నున్నది. బలహీనముగా నున్నప్పుడు మాత్రము బీర్జమందలి నరములగుండా ఏదో ఒకవిధమగు పదార్థము శరీరమునుండి బీర్జము లోనికి తప్పించుకొని పోవుదానివలె 'చల్' అనే శబ్దముతో పోవుచున్నది. ఎప్పుడు బీర్జములు వాచుటగాని, లాగుటగాని లేదు. గత 4 నం॥ నుండియు లంగోటా చాల గట్టిగా కట్టుచున్నాను. ఏమి ప్రయోజనము కనబడలేదు.

ఇప్పుడు వారమునకు 2 పర్యాయములు మాత్రమే కట్టుచున్నాను. లంగోటా లేకుండా పంట్లాము తొడిగితే ఆ ప్రదేశము ఎత్తుగాను, అసహ్యంగాను కనబడుచున్నది. బైసికిలు

తొక్కినపుడు కూడ ఎత్తుగా కనబడుచున్నది. ఇంతవరకూ దానిగురించి మందులుగాని, కట్లుగాని కట్టలేదు. బీర్జము యొక్క రావుడునకు తొడకూడ అప్పుడప్పుడు చర్మము రేగుచుండును.

దీనివల్లనే నాకు 1942 సం॥లో బోదజ్వరము (Filarial fever) వచ్చి ఎడమకాలు వాచినది. ఈజ్వరము రెండుపర్యాయములు వచ్చినతర్వాతను ఒక ఇంగ్లీషు వైద్యము తెలిసిన డాక్టరు సలహా అడుగగా ఆయన(Filarial Injections) అనే ఆరు ఇంజక్షన్లు యిచ్చినారు. దానివల్లను కాలుయొక్క వాపు తగ్గినది కాని ఆ వాచిన చర్మముయొక్క దళసరిమాత్రము తగ్గలేదు. దాని గురించి మందు ఏమీ తీసికొనలేదు. కాని అపూర్వము వచ్చిన గనేరియా వ్యాధి మాత్రము ఎప్పుడును కనిపించుటలేదు. కాని ఏదో అపకారము మాత్రము చేయుచునే యున్నది.''

ఈ పైన వ్రాసిన విషయములో మీ సలహా కావలెనని కోరుతూయున్నాను. మీరు ఏ పద్ధతిగా చెప్పితే ఆ ప్రకారం చేస్తాను. నాకు ప్రకృతి వైద్యమునందు చాల నమ్మకము. అమలాపురం హైస్కూలునకు మీ ప్రకృతి పత్రిక ప్రతినెల వచ్చుచున్నది. అందలి వ్యాసములు ఎప్పటి కప్పుడు చదువుచునే యున్నాను. కొన్ని ఆచరిస్తున్నాను. పై విషయమును గురించిన గ్రంథము మీ ప్రకృతి కార్యాలయములో నున్న యెడల నాకు ఒకటి V. P. P. గా పంపించ గోరుచున్నాను. వచ్చే నెలలో నా చిన్న వ్యాసము ఒకటి పంపించదలచినాను. అది దయయుంచి మీ 'ప్రకృతి' పత్రికలో ముద్రింప గలందులకు కోరుచున్నాను.

అమలాపురం,
12-2-1943. }

ఇట్లు,
మీ ప్రకృతి సేవకుడు,
విశ్వనాధ్.

చికిత్స

ఉదయము 5 ఘంటలకు 8 నిమిషముల పరిమితిగల కటిస్నానము చేయవలయును. రెండు మైళ్లు పోయి రావలయును. చన్నీటితో రెండు పర్యాయములు యెనిమా చేయవలెను. 9-30 గంటలకు ఒక గిద్దెడు ముడిబియ్యము అన్నమును, 60 తులములు వండి వార్చని కూరను తినవలయును. కారము, ఉప్పు వాడరాదు. మధ్యాహ్నము 1 గంటకు 4 బత్తాయి పండ్లను తినవలయును. 3 గంటలకు వాచిన బీజముమీద కాళ్లు పైకెత్తికొని ఒండ్రు మన్ను వేసికొని 15 నిమిషములు ఉంచవలయును. 4-30 గంటలకు 8 నిమిషములు లింగస్నానము చేయవలెను. ఉదయము మాదిరిగా రెండుమైళ్ళు పోయి రావలెను. 7-30 లకు గిద్దెడు ముడిబియ్యపు అన్నమును, 60 తులములు వండి వార్చని కూర తినవలెను.

చికిత్సకాలములో బ్రహ్మచర్యము చేయవలెను. ఉత్తరపు వైపున తలనుంచి నేలమీద పడుకొనవలెను. గోచిని పగటిపూట 8 గంటలు పెట్టుకొనవలెను. —సంపాదకుడు.

సలహాలు

1 కీళ్లజ్వరము (ఆమజ్వరము)

నేను సుమారు 6 సంవత్సరములనుంచి ప్రకృతి వైద్యమును చేయుచుంటిని. ఇప్పుడు జ్వరము, వాంతులు, వెంటనే గజ్జలలో బిళ్ళ దానికి

సంబంధించిన నరముల వాపు, మోకాటి క్రిందనుంచి వాపు, ఎఱ్ఱన, సంధులనొప్పిచేత మంటచేత కాలు స్వాధీనమునకు రాకపోవుట, అన్నహితవు లేకపోవుట మొదలగు దుర్గుణములచే పదిరోజులనుంచి బాధపడుచున్నాను. మీచే రచియించబడిన తోట్టివైద్యమను గ్రంథము చదివి దానివలన యీ వ్యాధికి యిదమిత్థమైన చికిత్స యని తెలిసికొనలేక యున్నాను. దీనిని ఇంగ్లీషు వైద్యులు లింఫ్ యింజాయిటిన్ అని చెప్పియున్నారు. మీచే వెలువరించబడు ప్రకృతి పఠించియు ఏమియు లాభము కనుబడలేదు. కాబట్టి నాయందు దయయుంచి యీ వ్యాధికి ఏచికిత్స మంచిదో ఏ పథ్యపానము, రోగి అనుసరించ వలసిన విధులు, వ్రాయకోరుచున్నాను. ఇది మిక్కిలి జరుగురు. సి. వి. ఖున్.

సలహా

లింఫ్ అనగా అన్నసారము. అది జీర్ణమై రక్తముగా మారనందువలన మీకు జ్వరము కలిగినది. కీళ్లనొప్పులు గూడ అందువల్లనే కలిగినవి. జ్వరము నయమయ్యేవరకు ఆకలి యును ఉండదు. కనుక పండ్లరసములు మాత్రము పుచ్చుకొనుచూ, ఉదయమునను, సాయంకాలమునందును, 15 నిమిషములు యెండలో పరుండి కటిస్నానము 10 నిమిషముల చొప్పున చేయవలెను. తరువాత తిరిగి యెండలో 15 నిమిషములు తిరుగవలెను. లేదా కూర్చుండవలెను. జ్వరము నయమగునప్పటికి కీళ్ళలోని బాధగూడా తగ్గుతుంది. అప్పుడు అన్నముకూడా తినవలెను.

2 కంబడి పురుగు ప్రాకులాడినట్లుండి జరుగుచున్న విషయములు

ఎడమ చేతిమీద చిన్నదద్దులు జిలపురుగు పారకాడినట్లు యుంటుంది. నేను స్నానము చేయుచున్నాను. జల, దద్దులు, మోచేతి పై భాగము మాత్రమే. ఇక యెచ్చట లేదు. దాని కేమి చికిత్స చేయవలెను? దయయుంచి తెలుపవలెను. పి. కా.

సలహా

ప్రతి దినమును యీక్రింది విధముగా చేయవలెను. రోజూ చమురు పదార్థములు మాని అన్నముతో కూర యెక్కువగా తినవలెను. ఒకపూట అన్నము మాని పండ్లను తినవలెను. పండ్లు అంటే నారింజ,బత్తాయి,కమలాజాతులే గాని, అరటిపండ్లు మాత్రముకాదు. ప్రతిదినమును చమురు రాచుకొని నలుగు పెట్టుకొని నురుసు పోసి రుద్దుకొని స్నానము చేయవలెను.

ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు 1943 సం॥ జనవరి నెల జమాఖర్చులు

జమ:—వెనుకటి నెల నిల్వ 387-9-9, ప్రకృతిపత్రిక 222-3-0, పుస్తకములు 29-14-0, తిరుగళ్ళు 6-0-0, వెరశి 645-10-9.

ఖర్చు:—ప్రకృతి పోస్టేజీలు 16-11-6, పుస్తకముల పోస్టేజీలు 3-13-0, మిస్ లేనియస్ 1-13-6, స్టేషనరీ 0-14-6, జనరల్ పోస్టేజీలు 4-1-9, ప్రింటింగు అడ్వాన్సు 503-0-0, అప్పులు యిచ్చినది 6-0-0, నౌకర్లు 0-4-0, భరణం 25-0-0, నిల్వరొఖ్ఖం 84-0-6, వెరశి 645-10-9.

ఎల్. సుదర్శనరావు, మేనేజరు.

ప్రకృతిచికిత్సా గ్రంథములు

దురభ్యాసఖండనములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
జీవహింస	0 4 0	0 3 0
అనుభవానందము	0 12 0	0 8 0
మహారోగము	0 8 0	0 6 0
పొగచుట్ట — ముక్కు-పొడుం	0 4 0	0 3 0
పొగచుట్టవలని ప్రమాదములు	0 0 6	0 0 6
కల్లుముంత — సారాపిపా	0 4 0	0 3 0
ఔషధవైద్య మొక రహస్యశాస్త్రము	0 4 0	0 2 0
టీకాలు వేయరాదు, యెందుకు?	0 2 0	0 2 0
టీకాలన నేమి? డాక్టర్ల అభిప్రాయము	0 2 0	0 2 0
టీకాల ఖండన	0 1 0	0 1 0
పొగాకు ప్రమాదములు	0 0 3	0 0 3

ఆరోగ్యవిషయక గ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 5 0	0 4 0
ఆరోగ్యదర్పణం	0 8 0	0 7 0
ప్రకృతిచికిత్సోపన్యాసములు 2 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 5 0	0 4 0
బాలక్రీడలు	0 3 0	0 3 0
శిశుమాతల కొక సందేశము	0 4 0	0 3 0
ఆరోగ్యము — కామేచ్ఛ	0 3 0	0 2 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
సుప్రసవము	0 0 6	0 0 6
ఆరోగ్యతత్త్వము	1 0 0	0 12 0

వివిధ చికిత్సా గ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
మిరపకాయలు	0 0 6	0 0 6
* ప్రకృతి ఆరోగ్య వైద్యము	1 4 0	1 4 0
* ప్రకృతి గృహవైద్యం	2 8 0	2 0 0
దీర్ఘరోగచికిత్సాసారము	1 8 0	1 8 0
ప్రకృతి చికిత్సార్ణవము		
1. భాగము	1 8 0	1 0 0
2. భాగము	1 4 0	0 15 0
3. భాగము	1 8 0	1 0 0
4. భాగము	0 6 0	0 4 0
5. భాగము	0 6 0	0 4 0
6. భాగము	0 6 0	0 4 0
7. భాగము	0 6 0	0 4 0
ఉపవాసచికిత్స	1 0 0	0 12 0
[illegible] చికిత్స	[illegible] 10 0	0 [illegible] 0
[illegible]	[illegible] 6 0	[illegible] 6 0
[illegible]	0 3 0	0 2 0
యోగచికిత్స	0 6 0	0 4 0
సంవాహనచికిత్స	0 6 0	0 4 0
రక్తప్రక్షాళనచికిత్స	0 5 0	0 3 0
వైదికచికిత్సాపద్ధతి	0 5 0	0 3 0
జాగరణ చికిత్స	0 1 0	0 1 0
నిశ్శస్త్ర శరీర పరిశోధన	0 4 0	0 4 0
వైద్యవిప్లవము	0 8 0	0 8 0
త్రిదోషములు	0 6 0	0 4 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
పృథ్వీచికిత్స	0 2 6	0 1 6
గవిదార్థసాగరము	0 2 6	0 1 6

వివిధవ్యాధులకు చికిత్సాగ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
క్షయ	0 12 0	0 8 0
శుక్లనష్టము	0 12 0	0 8 0
చలిజ్వరము	0 4 0	0 4 0
హిస్టీరియా (మూర్ఛ)	0 4 0	0 4 0
బాలెంతరోగము	0 4 0	0 4 0
మధుమేహము	0 4 0	0 4 0
మలబద్ధకము	0 4 0	0 4 0

వేదాంతము, ఇతరములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
మనోయోగము	0 12 0	0 8 0
నిర్విచారజీవనము	0 12 0	0 8 0
యుక్తిప్రకాశము	0 8 0	0 5 0
రామతీర్థస్వామివేదాంతోపన్యాసములు		
1. భాగము	0 8 0	0 5 0
2. భాగము	0 8 0	0 5 0
భగవద్గీతాసారము	0 6 0	0 4 0
ముకుందమాల	0 1 0	0 1 0

ప్రకృతి వెనుకటి సంపుటములు

ప్రకృతి 4,5,6,7,11 సంపుటములు ఒక్కొక్కటి	ఇతరులకు	1 8 0
	చందాదారులకు	1 2 0
ప్రకృతి 12,13,14,15 సంపుటములు ఒక్కొక్కటి	ఇతరులకు	3 0 0
	చందాదారులకు	2 8 0
ప్రకృతి 16వ సంపుటము	ఇతరులకు	1 4 0
	చందాదారులకు	1 0 0
17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు	ఇతరులకు	3 0 0
	చందాదారులకు	2 8 0

చిరునామా: ప్రకృతికార్యాలయము ప్రెస్సు, బెజవాడ.

40

ప్రకృతి

సచిత్ర సహజ వైద్య మాసపత్రిక.

ఈ ప్రస్తుత నాగరిక ప్రపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కాసపడి వెనువెంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. ఈ ప్రకారము అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో ఈ పత్రిక వివరించును.

మందులు, ఇంజక్షనుల అవసరము లేకుండా అతిమూత్రము, క్షయ, కుష్ఠు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుకూడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలాహారము, అధః శయనము, బ్రహ్మచర్యము, మట్టి, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును. సం॥ర చందా రు 3-0-0లు మాత్రమే.

750 పుటలు [illegible] 100 చిత్రపటములు

డాక్టరు యి. డి. బ్యాబిట్, M.D., L.L.D., గారిచే ఆంగ్లభాషలో వ్రాయబడిన సుప్రసిద్ధ వైద్యగ్రంథమునకు

డా॥ పువ్వాడ వెంకటరామయ్య, N. D., D. M. గారి భాషాంతరీకరణము,

సునిశితములగు సూర్యకిరణచికిత్స, వర్ణచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రహింప సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన సృష్టిరహస్యము లనేకములు శాస్త్రీయముగా వివరింపబడినవి.

నిండు కాలికో బైండు 1కి వెల 4-8-0. ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0

పోస్టేజి ప్రత్యేకము. గ్రంథవిషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్యతత్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేరరాజుగారిచే రచింపబడినది

వెల రు 1-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు రు 0-12-0.

ఆహారమునుగూర్చిన సమస్యల నన్నింటినిగూర్చి - రోగములయొక్క చికిత్స లన్నింటినిగూర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తినవలెనను సందేహముగలిగినగాని, ఏ వ్యాధిని ఎటుల కుదుర్చుకొనవలెనను ప్రశ్నకుగాని ఈ గ్రంథము సందేహములేకుండ సమాధానము చెప్పును.

ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

తొట్టి వైద్యము

క్రొత్త కూర్పు. 34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు. సచిత్రము 70 పటములు

అనేక నూతన చిత్రపటము లిందు జేర్పబడి నూతన ఫక్కీని ముద్రింపబడినది. కూనే మహర్షిగారి అభినవ వైద్యశాస్త్రము, ముఖవైఖరివిద్య, రోగారోగ్యవివేకము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రశ్నోత్తరములు జేర్పబడినవి.

అసలు వెల రు 3-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు, వెల రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

Printed by Mr. I. V. Ratnam, M. Sc., at the Andhra Grandhalaya Press, and Edited& Published By Dr. P. VENKATRAMAYYA, PRAKRITI OFFICE, BEZWADA